

熱中症

ホームガス課 上田 耕也

8月に入り暑さもピークを迎えています。気象庁は、6月の日本の平均気温が平年よりも2.34℃高く、観測史上最も高温だったと発表しました。日本でも40℃に迫る気温を記録する地域が続出しています。

この異常な暑さの中、2025年6月1日より、労働安全衛生規則の改正省令が施行され、職場における熱中症対策が義務化されました。条件を満たす作業をおこなう企業はすべてが対象となり、対策を怠った場合には罰則があるため、多くの企業で社内の熱中症対策をされていることと思います。そこで今回は義務化された熱中症対策についてご紹介します。

近年では、熱中症による2024年の死傷者数は1,257人、死亡災害は30人を超え、労働災害による死者数全体の約4%を占めています。業種別でみると、製造業が235人、建設業が228人の順で多くなっています。死者数については、31人のうち建設業が10人と最も多く発生しており、次いで、製造業が5人となっており熱中症対策の重要性が高まっています。

熱中症による死亡の主な原因として、初期症状の放置や対応の遅れが挙げられます。しかし現行法令では、熱中症による健康障害の疑いがある人の早期発見や、重篤化を防ぐための対応についての定めがありませんでした。初期症状で水を飲む等の対策をすれば熱中症はほぼ重篤化しません。

今回の労働安全衛生規則の改正では、

- ① **見つける**（様子のおかしい作業員を見つける）
 - ② **判断する**（医療機関への搬送、救急隊への要請）
 - ③ **対処する**（救急隊が到着するまで作業着を脱がせ水をかけ全身を冷却する）
- という仕事現場において死亡に至させない（重篤化させない）ための適切な対策の実施を義務付けました。

熱中症の症状は、

重症度Ⅰ度：現場での応急処置で対応できる症状。症状は、手足のしびれ、気分が悪い、ボーっとする、めまい、筋肉のこむら返りがある。

重症度Ⅱ度：病院への搬送を必要とする中症状。症状は、頭痛、体がだるい（倦怠感）、吐き気がする、意識障害。

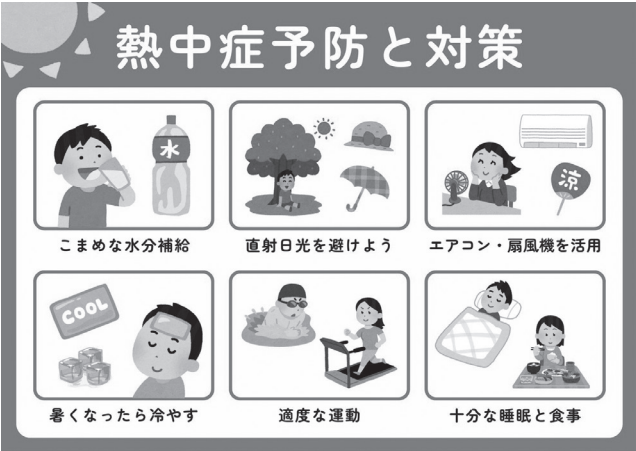
重症度Ⅲ度：入院して治療の必要がある。症状は、意識がない、まっすぐ歩けない、痙攣する、体が熱い、呼びかけに対して返事がおかしいなどが挙げられます。

それでは、このような熱中症が疑われる症状が現れた、とき自分や周囲の人が熱中症を疑われる場合、どんな行動をとればいいのでしょうか。

- ① **まず呼びかけに応えるかどうかを確認し、反応がなければすぐに救急車を要請してください。**呼びかけに反応があれば、急いで涼しい場所へ避難させて体を冷やします。
- ② 次に行うべきことは、**脱衣と冷却**です。衣服をゆるめて、熱を体から放散させてください。露出した皮膚に濡らしたハンカチを当て、うちわで風を送るといいでしょう。自動販売機で冷たいペットボトルを買い、首の両側、脇の下、太ももの付け根に当てて冷やすのも効果的です。救急車を呼んでも、到着するまではこのような方法で、体温の冷却に努める必要があります。
- ③ その後、行うのは**水分と塩分の補給**になります。

大量に汗をかいていたら、汗で失われた塩分の補給も必要になるので、水より経口補水液かスポーツドリンクが適しています。意識が不明瞭で自分で飲めない場合は、無理に飲まそうとせず、医療機関に運んで対処してもらうことが必要です。冒頭でも記載しましたが、熱中症を重篤化させないためには初期対応が重要です。そのためにも、熱中症に対する知識を学ぶことにより自分自身、周りの人の異変にいち早く気づき対応が可能になると思います。又のどが渴いていなくても水分を補給するなど事前の対策も有効です。

まだまだ暑い日が続きます。無理をせず熱中症にかからない対策をしながら日々をお過ごしいただければと思います。



「貝」の豆知識

ホームガス課
森本 英幸

貝（かい）とは、海や淡水に生息する軟体動物の一種で、外部に硬い殻を持つ生物です。

日本人にとってなじみの深い「貝」。縄文時代や弥生時代から貝を食べる文化があり、日本各地で「貝塚」が発見されています。身近だけど、知っているようで知らない「貝」。そんな「貝」って何種類あるか知っていますか？

貝の種類

貝類は日本だけで11,600種、世界では84,000種いるといわれています。

腹足綱（ふくそくこう）

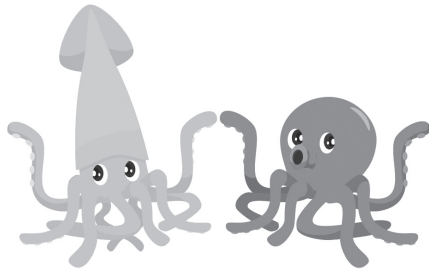
巻貝の種類で、「サザエ」や「アワビ」もこのグループに入ります。世界記録では、長さ（殻高）が77.2cmの大きさのものが発見されています。ナメクジとカタツムリも陸貝と呼ばれ、同じ腹足綱に分類されます。

二枚貝綱（にまいがいこう）

その名の通り二枚貝の種類で「アサリ」や「ハマグリ」「ホタテ」などがあげられます。世界最大の二枚貝はオオシャコガイで、貝の長さが137cm以上、殻の重さは230kgに達するそうです。

頭足綱（とうそくこう）

「たこ」や「イカ」には貝殻がないため、一見すると別の生き物のようですが、「たこ」や「イカ」は「頭足綱（とうそくこう）」に分類される、立派な貝の種類です。貝類は貝殻がある・なしではなく、「軟体動物門に属する動物」と定義しているので、「たこ」や「イカ」が「貝の種類」だということです。



真珠の豆知識

真珠とは、貝から採れる宝石の一種である。真珠は貝の体内で生成される宝石である。別名は「月のしずく・人魚の涙」と言われています。「アコヤ貝」から採れる、白い円形のもがよく知られています。真珠がどのようにしてできるのでしょうか。

- ① 貝の中に異物が入る
- ② 貝が自分の身を守るようと、外套膜で異物を覆う
- ③ 外套膜が細胞分裂をして袋状になり、真珠を生成する真珠袋をつくる
- ④ その中でカルシウムの結晶とタンパク質が交互に蓄積され、真珠層ができる

このような過程で作られる真珠は、成分はほぼ貝殻と同じです。

アコヤ貝以外でも、真珠は作られています。有名なものには「黒蝶貝」から採れる「黒真珠」、「ピンク貝」から採れる「コンクパール」と呼ばれるピンク色をした真珠があります。

また、先ほど挙げた過程を踏めれば、意外な貝からも真珠ができる可能性があります。「ホタテ貝」や「牡蠣」「アワビ」などです。しかしこれらの貝から真珠が作られるのは非常に珍しく、養殖もされていないため、希少価値が高いものになっています。もし偶然発見することができたら、とても運が良かったことになりますね。