

# 熱中症対策マニュアル

らぼーる訪問看護ステーション

2025年6月1日より労働安全衛生規則が改正され、熱中症対策が義務化されました。  
当ステーションでのマニュアル作成を行い、熱中症対策を行います。

## 【熱中症リスクの把握及び対策】

事務所内や訪問中、訪問後等の熱中症リスクを把握する。

### 1. クーラーが使用できない訪問先

＜対策＞ クーラーが使用できない旨についてケアマネジャーや地域包括センター、医療機関等への相談や対応を行う。

### 2. 室内及び室外での風通しが悪い・日差しが強い場所

＜対策＞ 室内のエアコンをつける、扇風機やサーキュレーター等を用いて対応する。  
また、カーテンやすだれ等で対応する。

### 3. そもそも外気温が高い日（気温 31 度以上、WBGT 値 28 度以上）

＜対策＞ 室外では保冷ボトルやクーリングリング、冷感タオル等を持参する。

### 4. 車両移動時のクーラー整備不良

＜対策＞ 車両エアコンは定期点検を行い、故障時はすぐに修理する。

### 5. 自転車・バイク・車移動時の高温環境

＜対策＞ ① 車内温度が高い時は、出発前に十分に冷房をかける。  
② 自転車、バイク移動時は保冷ボトル・経口補水液等を持参しクーリングリングや保冷タオル等を使用する、扇風機付きベストを装着する。  
③ 自転車やバイク、車を停車する場所を日陰にする。

### 6. 入浴介助時

＜対策＞ なるべくシャワー浴とする。通気性の良いTシャツやズボンへの着替えを行う。浴前後の水分補給等を行う。

## 【熱中症早期発見体制】

1. 体調異常を感じたらすぐに管理者へ報告する。管理者は職員のその後の訪問調整を行う。

2. 3に示す対策を講じた上で医療機関への受診を促す。

### 3. 症状出現時の手順

頭痛、眩暈、立ち眩み、嘔気、筋肉の痙攣、意識が朦朧とする等の症状が出現した際に

以下の手順で対応する。

- (1) 訪問を中止し、直ちに涼しい場所へ移動する。
- (2) 水分補給する（出来れば経口補水液、スポーツドリンク等）。
- (3) 体を冷却する（保冷剤、うちわ、冷感タオル等）。
- (4) 状況を管理者へ連絡し、必要時は医療機関へ搬送を行う。

マニュアルは職員で周知できるようにミーティング等で読み合わせできるようにしておく。