

夏季における就業指針(暑さ対策)

本年も昨年同様の猛暑が予想されるため、熱中症から身を守ると共に、暑さによる集中力欠如から起きる事故を防ぐことを目的として、「夏季における就業指針(暑さ対策)」が発表されました。

つきましては、できるだけ本指針に沿って就業をして頂き、暑さから身を守るよう、心がけましょう。

また、本指針を適用及び運用するにあたり、お客様との折衝や会員グループ内での話し合い等が必要な場合は、必ず事務局担当者
と連絡を取りあい、一緒に検討するようにして下さい。



1. 対象期間 7月1日より9月20日まで

2. 就業にあたっての日常生活への指針

① 就業日には、極力朝食を摂る

朝食を摂ることで、身体機能が活性化する

② 暑熱順化

新たに就業する場合、就業開始の2～3週間前から屋外で30分程度のウォーキング、または同等の軽運動を行い、暑さに馴れ発汗しやすい体質にする

3. 就業時間帯についての指針

① 就業は午前中(12時まで)を原則とする(推奨)

午後まで継続する就業にあっては、予め2回にわたる等の工夫をする

② サマータイムの実施を検討する

就業開始時間を早め、できるだけ午前中に就業を終了させる

③ どうしても午後までかかる就業の場合は、4項「休憩の取り方への指針」を参照願います

4. 休憩の取り方への指針

① 1時間に最低1回、水分補給を含め、5分程度の休憩をとる

日陰で風通しの良い場所やクールスポット等で休憩する

② 午後まで継続する就業にあっては、昼食休憩を必ず45分以上とる

日陰で風通しの良い場所やクールスポット等で休憩し、身体の熱をさまし、平常な状態に戻る

安全管理委員会