

熱中症に関する健康状態自己チェックシート

株式会社 静岡西部建設

所属会社	チェック日	令和	年	月	日
------	-------	----	---	---	---

- 作業の方が各自で毎日の体調をチェックする為のシートです。
- 朝礼時、昼食時、午後休憩に、体調をチェックする。
- 朝礼前のチェックシートで該当者が出た場合は、無理をさせない場合により作業させないで世話役に報告して下さい。
- 作業員の状態把握のみに使用し、他の用途では使用しません。
- 昼休憩、午後休憩のチェックシートで症状が認められた方はすぐに世話役と監督員に連絡して下さい。
- 作業中はKY用紙と一緒にボードに入れ、終業時に事務所に提出して下さい。

職長名		作業員名			
区分	No.	チェック項目 該当する・・・○、該当しない・・・× を記入して下さい。			

朝 礼 時 チ ェ ッ ク	既 往 症 ・ 生 活 慣 ク	以下の人は熱中症にかかりやすい人です		無理をさせない事、場合により作業させないで下さい。		
		1	高齢者(65歳以上)である。			
		2	これまでに熱中症になったことがある。			
		3	心筋梗塞、狭心症等にかかったことがある。			
		4	高血圧である。			
		5	糖尿病である。			
		6	カゼをひいて熱がある。			
		7	下痢をしている。			
		8	二日酔いである。			
		9	前日の夕食を食べなかった。			
		10	朝食を食べなかった。			
11	寝不足である。					

昼 食 休 憩 時 チ ェ ッ ク	軽 度 I 度 中 等 度 II 度 重 症 III 度	以下の人は熱中症にかかっている人です		世話役 と 監督員に連絡して下さい。		
		12	めまい、立ちくらみがする。 軽い			
		13	汗がふいてもふいても出てくる			
		14	手足や体の一部がつる。			
		15	頭がズキンズキンする。			
		16	吐き気がする。			
		17	体がだるい。			
		18	判断力・集中力が低下している。			
		19	体がケイレンする。			
		20	体温が高い。			
		21	まっすぐ歩けない。走れない。			
22	呼びかけに反応していない。					
23	意識がない。 重い					

午 後 休 憩 時 チ ェ ッ ク	軽 度 I 度 中 等 度 II 度 重 症 III 度	以下の人は熱中症にかかっている人です		世話役 と 監督員に連絡して下さい。		
		24	めまい、立ちくらみがする。 軽い			
		25	汗がふいてもふいても出てくる			
		26	手足や体の一部がつる。			
		27	頭がズキンズキンする。			
		28	吐き気がする。			
		29	体がだるい。			
		30	判断力・集中力が低下している。			
		31	体がケイレンする。			
		32	体温が高い。			
		33	まっすぐ歩けない。走れない。			
34	呼びかけに反応していない。					
35	意識がない。 重い					

●意識が無い！体の痙攣！呼びかけに反応しない！体温が高い！場合は 119番通報して下さい！