

(4面からつづく)
 ン酸カリウム消費量は、12
 mg/l以下であること。
 総トリハロメタン=総ト
 リハロメタン濃度は、0.2
 mg/l以下であることが望
 ましい。

総トリハロメタンは塩素消
 毒の際に水中の有機物と反応
 して副生成物として生成する
 一群の物質のことをいい、こ
 のなかに発がん性が知られて
 いるクロロホルムが含まれて
 います。このため水道水質基
 準が設定されています。プー
 ルにおいては、水道水質基準
 を参考とし、プール水と水道
 水との用途の相違などを踏ま
 えて、基準値として、0.2
 mg/l以下が望ましいとし
 ました。検査は年1回測定す
 ることとなっています。

なお、トリハロメタンは塩
 素消毒の状況やプール水質に
 より濃度が変わることから、
 一般細菌数=一般細菌数

は、1ml中2000コロニー以
 下であること。
 (7)入場者の管理状況
 事前にプールの衛生的な
 使用方法についての指導が行
 われていること。

事前に健康診断等により
 入場者の健康状態の把握が行
 われていること。
 水泳をしようとする者に
 は、水泳前に足を洗わせ、シ
 ャワーその他によって十分身
 体を清潔にさせた後、入場を
 せていること。

用便後再び入場するとき
 は、身体を十分に清浄できる
 ための措置が講じられている
 こと。

(8)日常の管理状況
 日常点検が確実に行われ、
 管理状況が良好であること。
 (9)なお幼稚園における水
 遊び場等については、本検
 査方法、基準を参考とし、構
 造や使用形態に応じて適切な
 明し、直ちに

改善を行うようにする。
 なお、大腸菌群が検出され
 た場合は、塩素消毒を強化し
 た後、再検査を行い、大腸菌
 群が検出されないことを確か
 めるようとする。

(4)入場者の管理が不良の
 ときは、速やかに改善するな
 どの適切な措置を講じるよう
 にする。

腰洗い槽の設置は、人体の
 腰部の汚れをプールに持ち込
 んでしまうのを防ぐことによ
 り、プール水の汚染を防ぐこ
 とが期待されています。

「4」熱疲労は、
 大量の発汗で、血液が濃
 縮し、心臓の負担増大や血
 流分布の異常が起こると、
 初期には激しい口渇、尿量
 の減少がある。やがてめま
 り、四肢の感覚異常、歩行
 困難などがみられ、失神す
 ることもある。頻脈・体温
 上昇をみることもあるが、
 多量の発汗で皮膚は冷たく
 湿っている。血圧の異常を
 見ないのが普通である。

救急措置
 涼しいところで安静に
 し、水をとらせる。
 財団法人日本体育協会
 は、WBGT(湿球黒球温度)
 を用いた熱中症予防のための
 指標を発表している(表2)。

WBGTとは、人体の熱収
 支に影響の大きい湿度、輻射
 熱、気温の3つを取り入れた
 指標で、乾球温度、湿球温度
 黒球温度の値を使って計算す
 る。環境条件の評価はWBGT
 が望ましい。しかし、これ
 を測定できない場合のため、
 湿球温度や乾球温度の基準も
 書かれている。ただし、湿球
 温度は気温が高いと過小評価
 される場合もあり、湿球温度
 を用いる場合には乾球温度も
 参考にする。乾球温度を用い
 る場合には、湿度に注意。湿
 度が高ければ、1ランクきび
 しい環境条件への注意が必要
 である。

意識混濁し、昏倒する
 し、水をとらせる。
 こともある。心拍は頻脈で
 微弱、血圧は低下している。
 体温の上昇はほとんどみら
 れない。

救急措置
 涼しいところで安静に
 し、水をとらせる。
 財団法人日本体育協会
 は、WBGT(湿球黒球温度)
 を用いた熱中症予防のための
 指標を発表している(表2)。

は、1ml中2000コロニー以
 下であること。
 (7)入場者の管理状況
 事前にプールの衛生的な
 使用方法についての指導が行
 われていること。

事前に健康診断等により
 入場者の健康状態の把握が行
 われていること。
 水泳をしようとする者に
 は、水泳前に足を洗わせ、シ
 ャワーその他によって十分身
 体を清潔にさせた後、入場を
 せていること。

用便後再び入場するとき
 は、身体を十分に清浄できる
 ための措置が講じられている
 こと。

(8)日常の管理状況
 日常点検が確実に行われ、
 管理状況が良好であること。
 (9)なお幼稚園における水
 遊び場等については、本検
 査方法、基準を参考とし、構
 造や使用形態に応じて適切な
 明し、直ちに

改善を行うようにする。
 なお、大腸菌群が検出され
 た場合は、塩素消毒を強化し
 た後、再検査を行い、大腸菌
 群が検出されないことを確か
 めるようとする。

(4)入場者の管理が不良の
 ときは、速やかに改善するな
 どの適切な措置を講じるよう
 にする。

腰洗い槽の設置は、人体の
 腰部の汚れをプールに持ち込
 んでしまうのを防ぐことによ
 り、プール水の汚染を防ぐこ
 とが期待されています。

「4」熱疲労は、
 大量の発汗で、血液が濃
 縮し、心臓の負担増大や血
 流分布の異常が起こると、
 初期には激しい口渇、尿量
 の減少がある。やがてめま
 り、四肢の感覚異常、歩行
 困難などがみられ、失神す
 ることもある。頻脈・体温
 上昇をみることもあるが、
 多量の発汗で皮膚は冷たく
 湿っている。血圧の異常を
 見ないのが普通である。

救急措置
 涼しいところで安静に
 し、水をとらせる。
 財団法人日本体育協会
 は、WBGT(湿球黒球温度)
 を用いた熱中症予防のための
 指標を発表している(表2)。

WBGTとは、人体の熱収
 支に影響の大きい湿度、輻射
 熱、気温の3つを取り入れた
 指標で、乾球温度、湿球温度
 黒球温度の値を使って計算す
 る。環境条件の評価はWBGT
 が望ましい。しかし、これ
 を測定できない場合のため、
 湿球温度や乾球温度の基準も
 書かれている。ただし、湿球
 温度は気温が高いと過小評価
 される場合もあり、湿球温度
 を用いる場合には乾球温度も
 参考にする。乾球温度を用い
 る場合には、湿度に注意。湿
 度が高ければ、1ランクきび
 しい環境条件への注意が必要
 である。

意識混濁し、昏倒する
 し、水をとらせる。
 こともある。心拍は頻脈で
 微弱、血圧は低下している。
 体温の上昇はほとんどみら
 れない。

救急措置
 涼しいところで安静に
 し、水をとらせる。
 財団法人日本体育協会
 は、WBGT(湿球黒球温度)
 を用いた熱中症予防のための
 指標を発表している(表2)。

WBGTとは、人体の熱収
 支に影響の大きい湿度、輻射
 熱、気温の3つを取り入れた
 指標で、乾球温度、湿球温度
 黒球温度の値を使って計算す
 る。環境条件の評価はWBGT
 が望ましい。しかし、これ
 を測定できない場合のため、
 湿球温度や乾球温度の基準も
 書かれている。ただし、湿球
 温度は気温が高いと過小評価
 される場合もあり、湿球温度
 を用いる場合には乾球温度も
 参考にする。乾球温度を用い
 る場合には、湿度に注意。湿
 度が高ければ、1ランクきび
 しい環境条件への注意が必要
 である。

意識混濁し、昏倒する
 し、水をとらせる。
 こともある。心拍は頻脈で
 微弱、血圧は低下している。
 体温の上昇はほとんどみら
 れない。

救急措置
 涼しいところで安静に
 し、水をとらせる。
 財団法人日本体育協会
 は、WBGT(湿球黒球温度)
 を用いた熱中症予防のための
 指標を発表している(表2)。



産業医訪問
 三菱重工工業横浜製作所
 健康管理センター産業医
 北原佳代氏

1 あなたの産業医歴は?

私は産業医科大学を平成7
 年に卒業し、その後、同大学
 の産業保健修練コースの1つ
 を選択しました。横浜労災病
 院で臨床研修を行い、3年目
 は松下電工本社健康管理室で
 産業医として現場研修をさせ
 ていただきました。その後大
 学に戻り、中小企業の嘱託産
 業医や、現場研修で生じた課
 題の整理やフィールド調査の
 データの収集・分析などを2
 年間行いました。
 研修修了後、産業医科大学
 から労働省(現厚生労働省)
 労働基準局安全衛生部労働衛
 生課に派遣となりました。そ
 の後、平
 成14年に三菱
 重工工業横浜製
 作所の産業医



恒間見ることができたこと
 は、非常に貴重な勉強の機会
 となりました。行政組織を身
 近に感じること
 ができるよ
 うになったこ
 とも、現在の
 仕事に直結し
 て役立つとい
 えることです。
 その後、平
 成14年に三菱
 重工工業横浜製
 作所の産業医
 として採用されました。当
 所のような現場を持つ事
 業場を選んだのは、大
 学5年生の時に現場研修
 で古河電工の千葉事業所
 に行ったことがきっかけで
 す。その産業医が、現場
 を良く知り、社員の身近
 な存在として仕事をされ
 ていたのを目的の当りになり
 ていたのを覚えています。それ
 大変感銘を受けました。それ
 と同じく、行政組織を身
 近に感じること
 ができるよ
 うになったこ
 とも、現在の
 仕事に直結し
 て役立つとい
 えることです。
 その中、まず自先のこと
 として取り組んでいるのは、
 健康診断の整備、産業保健ス
 タッフのチームづくりです。と
 言います。当所の健康管
 理センターはその前身が病院
 として機能していたというこ
 ともあり、産業保健チームと
 して社内での産業保健活動を行
 うという体制がまだまだ不十
 分という状況です。
 限られたマンパワーを有効に
 使っていくためには、少
 ずつではありますが健康診断の
 整備や、過重労働対策の一環で
 ある長時間労働者の面談のや
 り方も工夫していきたいと思
 っているとのこと。
 それから、産業保健活動の
 一番の目標は職業病の予防で
 すから、そのためにできるだ
 け現場に足を運び、作業環境
 を把握したいと思っています。
 もちろん職場巡視はやつ
 ていますが、この工場内だけ
 でなく、現地で橋を造ったり
 高速道路を造ったりしていま
 すので、そうした現地にも足
 を運びたいと思っています。
 現場の有害業務対策に対し
 て、安全衛生担当者や健康
 の重要性を理解していただ
 き、周りと連携を深めなが
 らやっていきたいと考えてい
 ます。
 しかしこうしたことは、周
 りの理解が得られてこそで
 きることなので、産業保健活
 動の重要性を理解していただ
 き、周りと連携を深めなが
 らやっていきたいと考えてい
 ます。

2 あなたのやりたいこと、
 今、取り組んでいることは?

人たちの「格好よき」にも感
 動し、私もものづくりの現場
 をしたいと思つたのです。
 健康管理面で重要だと考え
 ていることは、健康教育です。
 社員の健康データを見ると
 有所見率は5割を超えていま
 すし、高脂血症の有所見率な
 どは全国平均を大幅に上回
 っています。また、当所でも他
 事業場同様、メンタルヘルス
 に関する事例が増加していま
 す。社員一人一人が、また、
 管理監督者が、自分や配下
 員の心身の健康に対する関心
 を持っていたら、健康教育を
 していききたいと思
 います。



水質検査(本会水質・食品検査室で)

「4」熱疲労は、
 大量の発汗で、血液が濃
 縮し、心臓の負担増大や血
 流分布の異常が起こると、
 初期には激しい口渇、尿量
 の減少がある。やがてめま
 り、四肢の感覚異常、歩行
 困難などがみられ、失神す
 ることもある。頻脈・体温
 上昇をみることもあるが、
 多量の発汗で皮膚は冷たく
 湿っている。血圧の異常を
 見ないのが普通である。
 救急措置
 涼しいところで安静に
 し、水をとらせる。
 財団法人日本体育協会
 は、WBGT(湿球黒球温度)
 を用いた熱中症予防のための
 指標を発表している(表2)。

表2 熱中症予防のための指標(財団法人 日本体育協会)

WBGT (°C)	湿球温 (°C)	乾球温 (°C)	原則は 運動中止	WBGT 31 以上では、皮膚温度より気温のほうが高くなる。特別の場合以外では運動を中止する。
31	27	35	厳重警戒	熱中症の危険が高いため、激しい運動や持久走などは避ける。体力の低いもの、暑さに慣れていないものは運動中止。運動する場合は積極的に休息をとり、水分補給を行う。
28	24	31	警戒	熱中症の危険が増すため、積極的に休息をとり、水分を補給する。激しい運動では30分おきくらいに休息をとる。
25	21	28	注意	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意しながら、運動の合間に積極的に水分を補給する。
21	18	24	ほぼ安全	通常は熱中症の危険は少ないが、水分の補給は必要。市民マラソンなどでは、この条件でも熱中症が発生するので注意する。

注: WBGT(湿球黒球温度)の算出方法
 屋外: WBGT = 0.7 × 湿球温度 + 0.2 × 黒球温度 + 0.1 × 乾球温度
 屋内: WBGT = 0.7 × 湿球温度 + 0.3 × 黒球温度

シリーズ『健康管理のとびらをひらく』
 B6判36ページ 1部300円(消費税別) 送料実費

最近の糖尿病管理とその保健指導 (No.36) 河盛隆造 著

大腸がんの現状と検診の諸問題 (No.37) 佐竹儀治 著

新版・腎疾患の生涯管理 (No.38) 酒井 紀 著

糖尿病管理とその保健指導 (No.39) 田嶋尚子 著

産業医からの健康管理メモ (No.40) 鷺崎 誠 著

外食時代の新・栄養学 (No.41) 新出真理 著

お問い合わせは
 電話 03 3269 1131 まで

健康管理コンサルタントセンター