

エムシーパートナーズ衛生委員会議事録

日時	2025年6月18日 16時00分から
開催場所	Teams開催（エムシーパートナーズ株式会社会議室）

メンバー	委員長（衛生管理者）	松村 美奈子
	委員（産業医）	古澤 真美
	委員（従業員代表推薦）	山本 実花
	委員（従業員代表推薦）	根本 葉子
	委員（従業員代表推薦）	長谷川久美子
	委員（会社推薦）	川西 治美
	委員（会社推薦兼事務局）	山岸 達弥

1 委員長挨拶

梅雨明けもしていないのに、真夏日のような暑さとなっています。
お決まりの挨拶になってはしまいますが、水分・塩分をこまめに取って
熱中症にならないようお気をつけ下さい。

梅雨といえば蒸しむしジトジト、雨が降るのはもちろん嫌ですが、
更に湿度が高い日は最悪です。
出勤前に髪の毛を整えても、会社に着く頃に大爆発。
着る服によっては肌にまとわりついてしまう感じがしたりで、1日気分が落ち込みます。

もう一つ、湿度の敵といえばカビ。
湿度が高いと窓枠やら部屋の隅、お風呂場といったところに黒い塊を発見したりしませんか？
我が家はちょうど2年前に水回り中心のリフォームを行いました。
特にお風呂場は、放っておくと絶対にカビる！と思い、カビ防止対策を調べ、
百均で売っている「カビ汚れ防止マスキングテープ」が良いと知りました。
その名の通り、薄いマスキングテープなのですが、お風呂場の角全面にこのテープを貼るだけ。
騙されても百均なら…と思い使ってみたのですが、2年たった今も全く黒カビはなし。
汚れたら取り換え…と書いてありますが、汚れないのでずっと貼ってます(笑)
百均ならでは一つテープの長さが短め、2つから3つは必要になるかと思いますが、
色の種類もあり、壁面の色に合わせてあまり目立つことなくご利用頂けます。
換気もきちんとするにはしていますが、カビは吸い込んでしまうと身体によくありませんし、
予防の為に安くて簡単なこちらのテープは一見の価値あります。

2 時間外労働状況、安全概況

<2025年5月度>

(1) 休暇取得、残業時間、公出時間

項目	運営スタッフ	派遣スタッフ	総計
対象人数	14	144	158
【平均】休暇取得日数	1.0	1.1	1.1
【平均】残業時間	15.01	7.76	8.41
【最大】残業時間	50.84	42.84	50.84
【平均】公出時間	0.04	1.11	1.01
【最大】公出時間	0.58	59.17	59.17
【平均】残業+公出時間	15.05	8.87	9.42
【最大】残業+公出時間	50.84	79.92	79.92
80H超人数（残業+公出時間）	0	0	0

(2) 労働災害・通勤災害

	運営スタッフ	派遣スタッフ	総計
労働災害	0	0	0
通勤災害	0	0	0

3 産業医講和テーマ：

暑さと熱中症から身を守ろう

2025年6月 衛生委員会資料

Point!
 新気候変動で夏の暑さが年々厳しくなっています。オフィスワーク中心で働くみなさんも、熱中症や脱水症をおこす可能性があります。今月は災害級の酷暑を乗り切るための情報です。

にじむまい びん びん しん びん びん びん
 日常生活の中に暑熱順化を取り入れよう





買い物



通勤・通学



部活動



体育の授業



犬の散歩



サウナ



入浴



習い事

※暑中から暑くても、お風呂の湯には必ず37度前後の温水を入れてお風呂に入ってください。お風呂に入る際は、お風呂に入る前にシャワーを浴びてください。

日本気象協会推進「熱中症ゼロへ」プロジェクト

暑くなる前から運動や入浴などで汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。普段の生活の中にも、暑熱順化につながるシーンは様々あります。自身や身近な人の生活スタイルに合わせて、無理のない範囲で習慣づけることが大切です。

熱中症を予防するための4つのポイントH・E・A・T

H

Health Care

- 三度の食事
- 毎日の体温・血圧・心拍数・体重の測定

E

Environment

- 涼しい生活環境
- 周囲の人達と交流できる毎日

A

Alert

- 熱中症警戒アラートに注意
- 天気予報やニュースを毎日チェック

T

Treatment

- 高血圧、心不全、糖尿病、腎臓病など持病の管理
- 掛かりつけの先生の話聞いて持病をしっかりと治療

(監修:帝京大学、三宅康史先生)

第一三共ヘルスケア くすりと健康の情報局HPより

熱中症が疑われるときの応急処置

チェック1 熱中症を疑う症状がありますか？

めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・
頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・
意識障害・けいれん・手足の運動障害・高体温



はい

チェック2 意識がありますか？

いいえ

救急車を呼ぶ

救急車が到着するまでの間に
応急処置を始めましょう。
呼びかけへの反応が悪い場合には
無理に水を飲ませてはいけません。

はい

涼しい場所へ避難し、服をゆるめ体を冷やす

氷枕や保冷剤で両側の首筋やわき、足の付け根などを冷やしましょう。
皮ふに水をかけて、うちわや扇子などであおぐことでも体を冷やすことができます。



チェック3 水分を自力で摂取できますか？

いいえ

はい

水分・塩分を補給する

大量に汗をかいている場合は、塩分・糖分を
一緒に補給できるスポーツドリンクや経口補水液、
食塩水(1ℓの水に対して1~2gの食塩を加える)がよいでしょう。



体を冷やすポイント



うちわ/扇子

氷枕/保冷剤

チェック4 症状がよくなりましたか？

いいえ

はい

そのまま安静にして十分に休息をとり、
回復したら帰宅しましょう

医療機関へ



本人が倒れたときの状況を
知っている人が付き添って、
発症時の状態を伝えましょう。

【参考】環境省「熱中症環境保健マニュアル 2022」【作成】日本気象協会推進「熱中症ゼロへ」プロジェクト

4 質問・意見 : 質問・意見等がないことを確認し本会を閉会

5 次回開催日 : 2025年7月16日 16時00分から

※ 2025年度は第3水曜日 16時から開催