

首都高メンテナンス神奈川 安全品質レポート

第7号
2018年6月発行

段々と夏の兆しを感じる今日この頃。梅雨に入って食べ物が腐りやすい季節となつてまいりました。作業をされている皆様におかれましては、もうすでに各所で「熱中症に気を付けて〜!」といった注意喚起をだいぶ大きなタコができるくらいに耳にされているかと思ひます。今回も昨年に引き続き、そんな耳タコでホットな話題をお届けいたします!

熱中症は恒温動物ゆえに発症する

学校の生物の授業くらいでしか耳にしたことがない**恒温動物**。皆さんはどんな動物を思い浮かべますか? 一部を除いた哺乳類・鳥類が恒温動物に該当します。対義語では変温動物、なんてのがありませんよね。主に、爬虫類や魚類が変温動物です。

そんな**恒温動物と変温動物**の主な違いは「**体温**」にあります。恒温動物は一定の限られた範囲に体温を保つため、寒かったり暑かったり、**様々な環境に適応して活動**できます。逆に変温動物は外気温で体温が変動してしまうため、環境によって著しく活動力が変動します。そんな変温動物は自力で発熱しないため、食物の摂取が少量で済むのです。ではなぜ、恒温動物は食物を大量に摂取し、自力で発熱してまで一定に体温を保とうとするのでしょうか?

ヒトは通常体温が36度〜37度程と狭い範囲で保たれていますが、それはヒトの体内にある**酵素(生命維持に必要な代謝)**などの化学反応に欠かせない物質。サプリなどでよく聞きますね! が活発に働いてくれる適切な温度と言われています。ヒトが体を動かすにはエネルギーが必要ですよね? そのエネルギーを代謝が生み出しています。そして、**その過程でどうしても出てしまうものが「代謝熱」**です。ヒトは動けば動くほど熱を生み出してしまふ生き物だからこそ、熱を発散させる必要があるのです。**その熱を発散**させているのが「**汗**」。実は体温調節の要と言っても過言ではありません。その汗の大敵は何と言っても湿度。湿度が高くなると汗の熱を発散させる機能は著しく低下してしまいます。だからこそ、**湿度を重く見ているWBG値**を現場で是非活用していただきたいのです。

ほくは変温?



多湿がもたらす恐怖

湿度100%と聞いて皆さんはどんな状況を思い浮かべますか? 湿度は空気中における水蒸気の量が%が変わります。「飽和水蒸気量」というのを物凄く昔に耳にしましたよね。1mの空気中に存在できる水蒸気量の事です。気温によって左右され、高温になるほど多く存在できます。つまり湿度100%とは**それ以上水分が蒸発できない状態**です。だからなんだ!と言われそうですが、多湿という状況は、それだけで汗の蒸発しにくい環境、自力で**体温を下げる**に環境という事です。汗が100ml蒸発すると体温が1℃上がるのを防ぎます。水分・塩分補給だけしていても汗が蒸発せず体温が下がりにくければ、熱中症になってしまいますよね。だからこそ、送風機などで風を体に当て、空気を攪拌することによって**汗の蒸発を促したり**、日陰を作ることに**よって放射熱を低減**したり、設備などの**環境整備**や、こまめな休憩を取ることに**よって、体がオーバーヒート**しないような**作業環境・手順を考**えることは**とても大切**です。熱中症予防管理者(職長)の皆さん! よろしくお願ひします!

人間の一番熱に弱い器官は脳!

めまいを起こしたり、手足がしびれてきた気がしたら、無理はしないで休憩してね!



4月17日（火） 杉田雪捨て場にて
高所作業車訓練を開催しました！



第7号

最近の行事



大丸工業 川原班
 日塗エンジ 高橋班
 のご協力の元、
新たな装備を使用し、
 高所作業車操作訓練が
 行われました！
 桁下での作業を想定し、
 高所作業車の設置から
 格納までの一連の流れを
 実践して頂きました。



大丸工業さん



日塗エンジンさん

①のはさまれん棒に関しては、今後現場作業で使用していただくかもしれません！
 詳細が決まり次第、皆様にお伝えします☆



◀今回初出しの「はさまれん棒」上部支障物に接触すると、青く点滅し、ピーピーといった警告音でお知らせしてくれます♪
 安全作業の期待のホープ☆彡



◀中井商工さんが現場で使用していた、支障物接近感知センサー「近づい太」も使用しました！こちらもパトライトと警報機で接近を知らせてくれます♪



当日は木暮社長も参加されました！

4月18日（水） 生麦事業所内会議室にて
規制勉強会が開催されました！



セシム 古賀さん、鳥海さんを講師に招き、メンテ神奈川社員を対象として、基本的な規制設置の方法・規制の形状による危険性や具体的な場所など、実話を元に講習を行って頂きました！

講習後の質疑応答ではメンテ職員からの素朴な疑問にも丁寧な回答を頂き、大変有意義な講習会となりました。



編集後記～ちら裏～

梅雨のジメジメが晴れたら夏本番！冷たいものを食べすぎて、お腹を壊さないように注意です！でも、アイスやスイカが美味すぎるからいけないんですよね… 安全品質課 玉井

ご協力いただき、誠にありがとうございました！

