

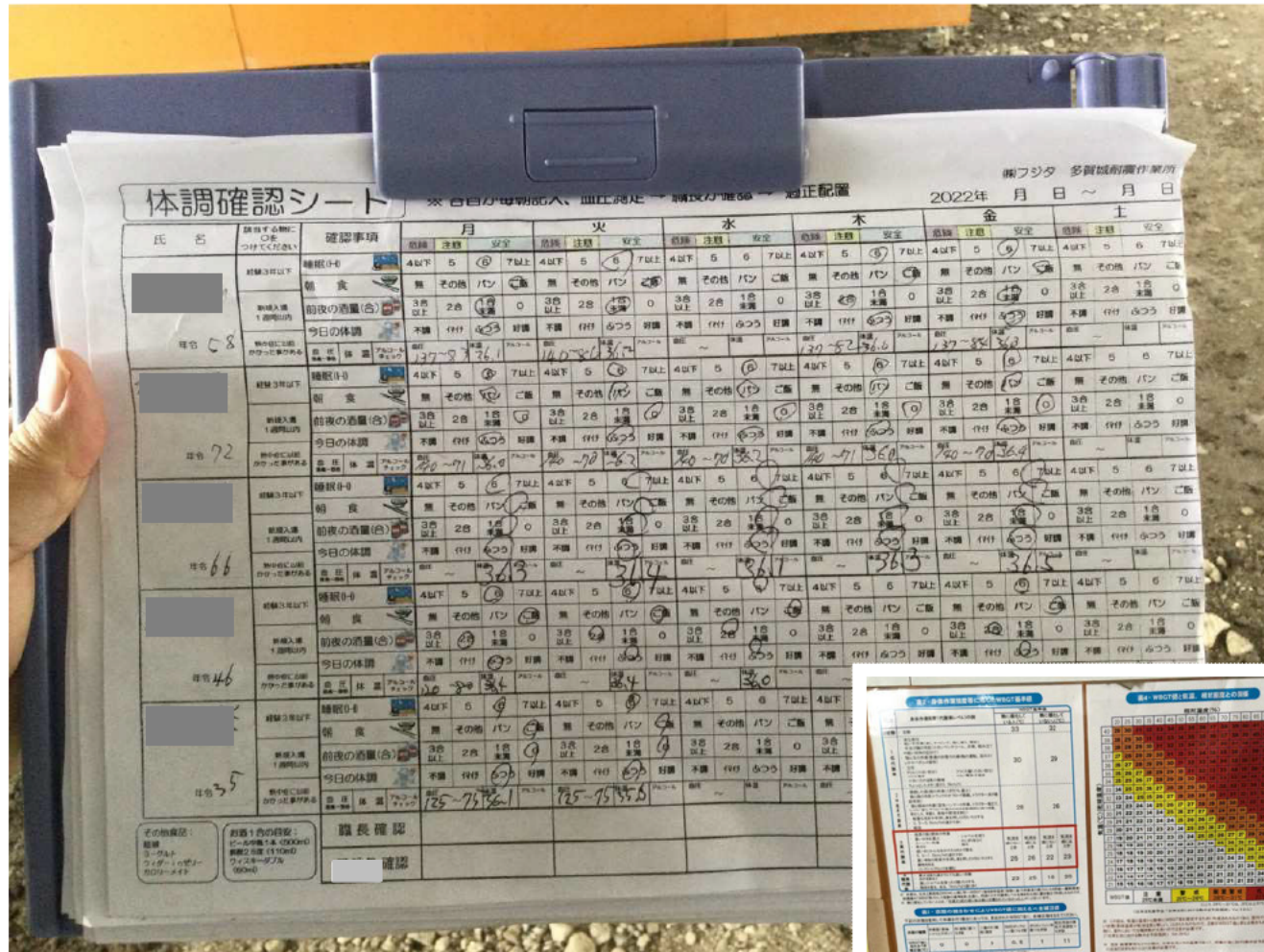
「見える」安全活動コンクール

題 材

“生活状況と体調”の見える化で熱中症予防

実施状況

説明



◆ 概要

体調不良や熱中症を予防するため、生活状況が一目でわかる“確認シート”を作成しました。

◆ 内容

前日の飲酒量と睡眠時間、当日の朝食と体調・血圧・体温を簡単に記入できるように一覧表にまとめています。

シートは1ページを1週間分として、枚に記入しています。

◆ 効果

当日だけでなく、数日前からの体調が分かるため、個人の健康に注意を払えるようになりました。また、飲酒量や朝食の有無など生活習慣も分かるため、健康指導ができるようになりました。

新型コロナウイルス感染症対策としても活用できています。

