

労働衛生（有害業務以外）

1 2

① 温熱要素

チェック欄 ☐ ☐ ☐

温熱要素を測定する測定器の種類がポイントです。

要素	特徴	測定器
気温	温度感覚に最も影響	水銀またはアルコールによる 膨張寒暖計
湿度	空気中の湿り具合	アスマン通風乾湿計、アウグスト乾湿計
気流	気流がある場合には、汗の蒸発促進	【熱線風速計】
ふく射熱	気温以上に暖かく感じる	【黒球温度計】

② 温熱指標

チェック欄 ☐ ☐ ☐

指標とその要素、内容を対比して覚えましょう。

指標	内容	説明
実効温度	気温、湿度、気流の3要素を考慮	感覚温度
修正実効温度	気温、湿度、気流の3要素+ふく射熱	黒球温度
至適温度	暑からず寒からずという温度感覚	労働強度・季節・年齢・飲食物・性別により変化
不快指数	温度と湿度から蒸し暑さの程度を表す	湿度 ~70%…快適 湿度 80%……大部分の人が不快

③ 空気・呼気成分

チェック欄 ☐ ☐ ☐

空気や呼気の成分とその割合を覚えましょう。

成分	割合
酸素	20.93%
二酸化炭素	0.03~0.04%
窒素	79.04%
呼気酸素	約16%
呼気二酸化炭素	約4%

④ 食中毒

チェック欄 ☐ ☐ ☐

食中毒の菌の名称と特徴が重要です。

類型	菌の名称	原因・媒介	特徴
感染型	腸炎ビブリオ (病原性好塩菌)	傷んだ海産物	10~20時間程度で腹痛、下痢。 熱に弱い
	サルモネラ菌	ネズミ等の排泄物の汚染、ゴキブリによって汚染された食物等	6~48時間で急性胃腸炎に似た症状。 熱に弱い
毒素型	ブドウ球菌	ご飯、あんこ等が汚染されて発生	0.5~3時間で、嘔吐、腹痛、下痢。 熱に強い
	ボツリヌス菌	缶詰などに発生	2時間~8日で、神経症状が出る。熱に弱い