

# 農作業時の熱中症に注意しましょう

熱中症は、適切な対策を取れば防ぐことができます。  
お互いに声をかけあって、熱中症を予防しましょう。



## 天気予報と 体調をチェック

- 急に暑くなる日は要注意です。
- 体調不良時は、無理をしないように。



## 涼しい服装・安全な 作業環境

- 日差しを遮り汗を逃がしやすい服装で。
- 作業はできる限り二人以上で。建屋の中でも風通し良く。



## こまめな水分補給 こまめな休憩

- 喉が渇く前に、こまめに水を飲みましょう。
- こまめに涼しい場所で休憩しましょう。



## 高齢者は要注意！



高齢者は若者に比べると、暑さや喉の渇きも感じにくくなっています。  
周囲の人も積極的に声をかけましょう。



## 熱中症になってしまったら

- 涼しい場所に避難させる
- 衣服を脱がせ、身体を冷やす
- 水分を補給する
- 自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救助隊を要請しましょう

みんなで声をかけあって、  
熱中症を予防しよう！



## ひと涼みしよう

熱中症予防 声かけプロジェクト



熱中症を  
予防する  
5つの  
声かけ



飲み物を持ち歩こう



休憩をとろう



声をかけ合おう



栄養をとろう



温度に気をくばろう

ひと涼み

検索

<http://hitosuzumi.jp/>

農林水産省

農林水産省は熱中症予防声かけプロジェクトに参加しています。



農林水産省は農作業中の事故防止に取り組んでいます！

農水省 農作業安全

検索

[http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s\\_kikaika/anzen](http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen)