

参考資料

○農林水産省ホームページ（農作業安全対策関連）

「農作業安全のための指針」、「『熱中症予防声かけプロジェクト』との共同制作チラシ」等を掲載。

http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/index.html

○熱中症関連省庁連絡会議

http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/index.html

参考別紙1 環境省作成の熱中症パンフレット

「熱中症～御存知ですか？予防・対処法～」

○気象庁熱中症関連サイト

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/kurashi/netsu.html>

○熱中症予防声かけプロジェクトホームページ <http://www.hitosuzumi.jp/>

企業及び行政等と連携して、ポスター、チラシ及びインターネットなど様々なコミュニケーションツールで熱中症予防を国民に呼びかける運動を展開。昨年からは農林水産省も本運動と連携し、ポスター及びチラシを作成し、現場への周知を図る。

参考別紙2 本年度ポスター案（追って2013年度完成版を送付予定）

参考別紙3 昨年のチェックシート（2013年度完成版を農林水産省ホームページに掲載予定）

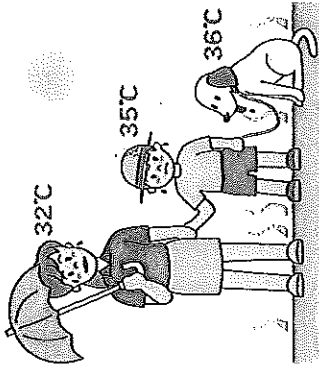
高齢者の注意点

- のどがかわかなくとも水分補給
- 部屋の温度をこまめに測る

○高齢者は温度に対する感覚が弱くなるために、室内でも熱中症になることがあります。

○室内に温度計を置き、こまめに水分を補給することを心がけましょう。

幼児は特に注意



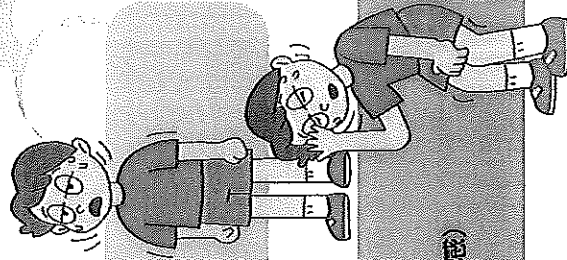
○幼児は体温調節機能が十分発達していないため、特に注意が必要です。

○晴れた日には、地面に近いほど気温が高くなるため、幼児は大人以上に暑い環境にいます。

熱中症

～ご存じですか？予防・対処法～

どんな症状があったら熱中症を疑いましょう

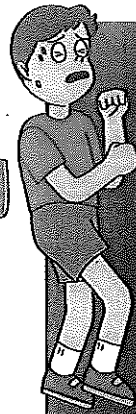


めまい
立ちくらみ
筋肉痛
汗がとまらない

軽

頭痛
吐き気
体がだるい(倦怠感)
虚脱感

中



意識がない
けいれん
高い体温である
呼びかけに対し返事がおかしい
まっすぐに歩けない、走れない

重

◆ 環境省熱中症情報に関するホームページ

http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/index.html

- ◆ 熱中症環境保健マニュアル
http://www.env.go.jp/chemi/heat_stroke/manual.html
- ◆ 熱中症予防情報サイト
<http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/index.html>
- ◆ 熱中症患者速報
<http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/spot/index.html>
- ◆ 携帯サイト版 熱中症予防情報サイト
<http://www.nies.go.jp/health/HeatStroke/kt/index.html>
- ◆ 携帯サイト版 熱中症予防カード
<http://www.env.go.jp/k/chemi/heatstroke/>



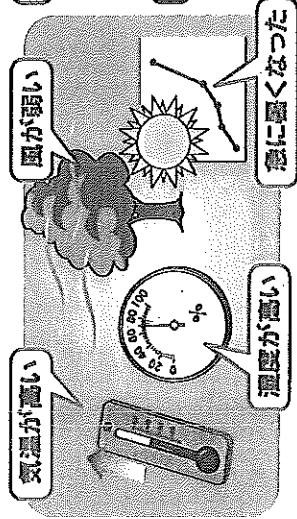
環境省総合環境政策局環境保健部 環境安全課
〒100-8975 東京都千代田区霞が関1-2-2 中央合同庁舎5号館
TEL:03-35681-3351 (代表)

環境省

熱中症は予防が大切です

熱中症は、気温などの環境条件だけでなく、人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が暑さに慣れていない時は注意が必要です。

こんな日は熱中症に注意



こんな人は特に注意



熱中症の予防法



***急に暑くなった日や、活動の初日などは特に注意**

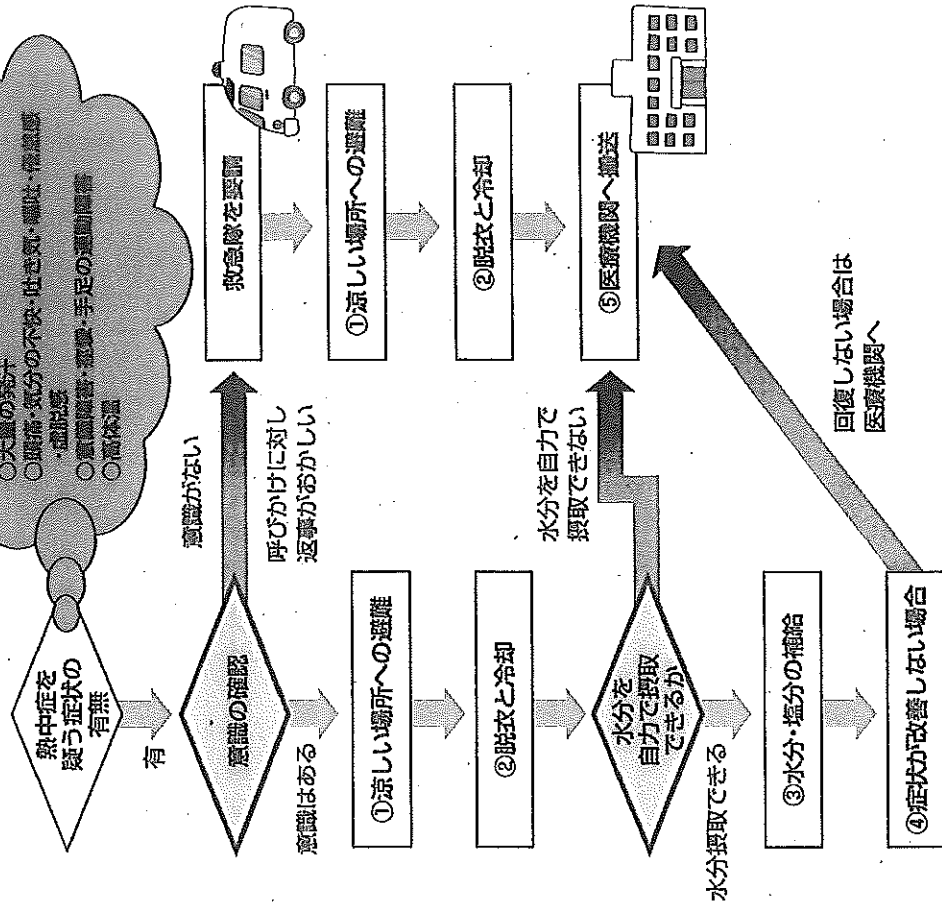
人間の体は暑い環境での運動や作業を始めてから3〜4日経たないと、体温調節が上手になってきません。このため、急に暑くなった日や、久しぶりに暑い環境で活動した時には、体温調節が上手いかず、熱中症で倒れる人が多くなっています。

***汗をかいた時には塩分の補給も忘れずに**

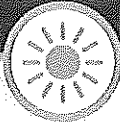
熱中症になったときには

熱中症を疑う症状とは...

- めまい・失神
- 筋肉痛・筋肉の硬直
- 大量の発汗
- 腹痛・嘔吐・下痢・吐き気・嘔吐・嘔吐
- 虚脱感
- 意識障害・痙攣・手足の運動障害
- 高体温



農作業時の熱中症に注意!!!



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

- 帽子で日差しを遮り、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

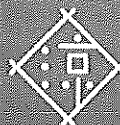
- 涼しい場所に避難させる
- 衣服を脱がせ、身体を冷やす
- 水分を補給する
- 自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救助隊を要請しましょう

農作業後は涼しい場所に集まろう。 COOL SHARE!

クールシェアとは、ひとり1台のエアコン使用をやめ、涼しい場所に集まることです。

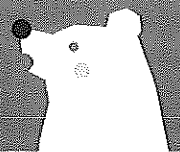
COOL
SHARE

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



<http://hitosuzumi.jp>

ひと涼み

検索

農林水産省



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/selsan/sien/sizal/s_kikalka/anzen

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。

農作業時の熱中症予防チェックシート

チェックしてくま!



- 天気や気温を確認しましたか？
出かける前にならず天気予報を確認しましょう。急に暑くなる日は熱中症の危険が高くなります。梅雨明け直後は要注意です。風が弱い日や、湿度が高い日は熱中症にかかりやすくなります。
- 体調は万全ですか？
体調不良(二日酔い・寝不足・風邪気味)の時は熱中症の危険が高くなります。作業時間を減らす、負荷の軽い作業にする、作業をとりやめるなど、無理をしないように。
- 朝ごはんは食べましたか？
朝食で取るべき栄養分と水分をきちんと取りましょう。規則正しい食事は熱中症を防ぐことにもつながります。
- 涼しい服装を選んでいますか？
服装は、日差しを遮り、汗を逃がしやすいものを着ましょう。綿や麻などの自然素材、スポーツウエアなどの吸汗・速乾性に優れた素材の服がオススメです。
- 日差しを遮る帽子はありますか？
つばの広い帽子をかぶり、直射日光を遮りましょう。忘れたら、面倒でも取りに帰ることが身を守ることにつながります。
- 飲み物は持ちましたか？
水分補給をこまめにしましょう。特に高齢者は水分不足や暑さを感じにくくなっているため、喉が渇く前に積極的に給水しましょう。大量に汗をかく場合は、塩分も補いましょう。
- 二人以上での作業ですか？
一人で作業中に熱中症になると、助けてくれる人がおらず重症化するおそれがあります。できる限り二人以上で作業をし、体調不良時は我慢せず不調を伝えましょう。
- 作業場所は熱がこもりませんか？
ハウスや畜舎など気温が上昇しやすい施設内での作業は、風通しをよくしましょう。室内の換気をして、熱がこもらないようにしましょう。
- 作業計画に無理はありませんか？
涼しい時間帯に作業をしましょう。もし暑い時間帯に作業するときは、休憩をこまめに、作業時間を短くなどの工夫を。また、作業初日からの無理は禁物です。
- 緊急連絡先を知っていますか？
いざというときのため、緊急連絡先を持ち歩きましょう。具合が悪くなったら無理せず、医療機関にかかりましょう。