

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

1 涼しい場所に
避難
させる 

2 衣服を脱がせ、
身体を
冷やす 

3 水分を
補給する 

4 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