

特集 4

作業場の改善 休憩の質的向上

まずは、作業
環境を知ろう

Point

その日の天候や作業内容を踏まえつつ、**作業時間の短縮や、小まめな休憩**で熱中症を予防することが重要です
作業の計画も、作業環境の改善も**現状を把握**することから始まります



▲持ち運び簡単「カード型温度計」

◀暑さ指数を計るWBGT計

ワンポイント・アドバイス

- 日陰のない野外や風通しの悪いハウス内など、農林水産業の現場は必ずしも作業環境がよくありません。
- そのため、少しでも作業環境を改善し、熱中症予防に努めましょう。

こんな悩みありませんか

- ☑ 涼しい風が入ってくるといいんだけどな～
- ☑ 電源も水道もないけど、いい涼み方ないかな～
- ☑ やっぱり冷たいものが飲みたい、食べたい！

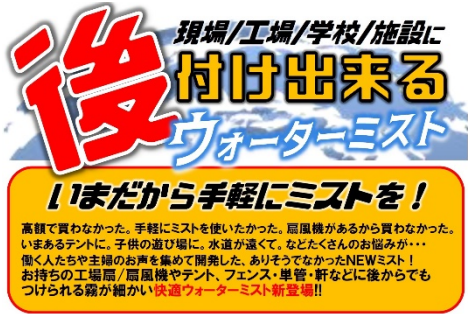
作業場の
改善

Point

周りを涼しくするなら、**ミスト**
扇風機（工場扇）に後付け
できるミスト発生器や、
コードレスで持ち運べる扇風機、
ミストファンなどアイテムが多数
現場の条件に合わせて導入
しましょう



▲バケツの水を使う、
水道・電源いらずのミストファン



▲工場扇やテント等に後付けするミスト発生器

休憩の
質的向上

Point

休憩時間に**しっかりリフレッシュ**
できると最高ですね
熱中症の予防はもちろん、
集中力の維持にも休憩は不可欠
1 日中冷たい飲み物などを
持ち歩けるようグッズもこだわって
みてはどうでしょう



▲ミスト噴射機能がついた真空断熱
ステンレスボトル



▲ 2 部屋に分けて使える冷温庫

暑さ指数(WBGT)とは

暑さ指数は人体と外気の熱のやりとり(熱収支)に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい ①**湿度**、②**日射・輻射**など周辺の熱環境、③**気温**の 3 つを取り入れた指標です。
農作業の場合は、以下を目安としてください。

作業強度	作業の例	暑さ指数
軽作業	・手と腕の作業 ・腕と足の作業	30 (29)
中程度の作業	・トラクター・重機の操作、 草むしり、果物・野菜摘み ・軽量の荷車や手押車の使用	28 (26)
激しい作業	・シャベルの使用、草刈り、 のこぎりを挽く ・重い荷物の荷車や手押車の使用	25 (22)
極めて激しい作業	激しいシャベルの使用、斧 の使用、走る	23 (18)

()内は暑さに慣れていない人の場合