

# 熱中症関係情報集

夏に向けて、農作業中に熱中症になる人が増えています。  
熱中症は正しい知識を身につけることで、適切に予防することが可能です。

熱中症の発生状況	… 1
熱中症にかかりやすい人	… 1
MAFFアプリと熱中症警戒アラートの連携	… 2
熱中症対策	… 3
・作業中に気を付けること	… 3
・熱中症対策アイテムの活用	… 4
熱中症の症状と応急処置	… 5
暑さ指数に応じた作業の目安	… 6
(参考) 熱中症関係情報	… 7



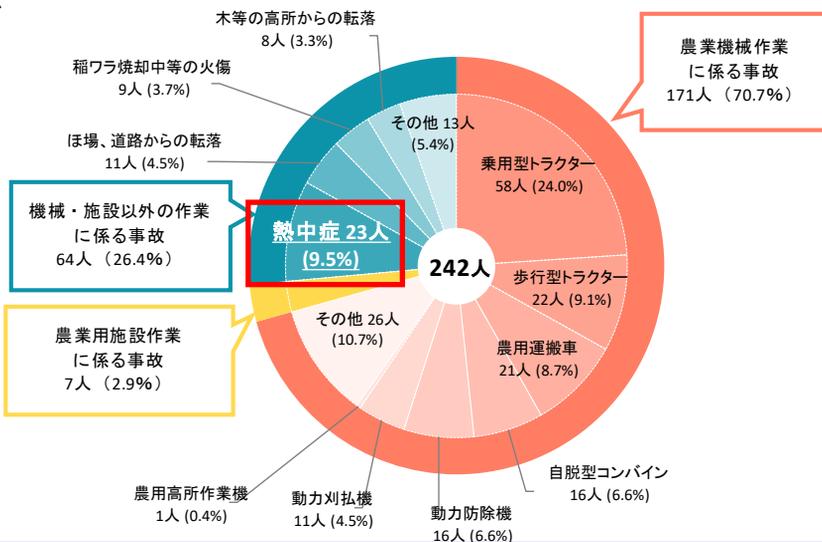
# 熱中症の発生状況

○熱中症による死亡者は年によって増減はありますが、1,000人を超えている年もあります。

○農作業中の熱中症による死亡者は直近10年間で259人（農作業死亡事故のうち約1割が熱中症によるもの）

○農作業中の熱中症による死亡者を月別に見ると、7～8月の発生が多い一方、他の月でも発生しています。

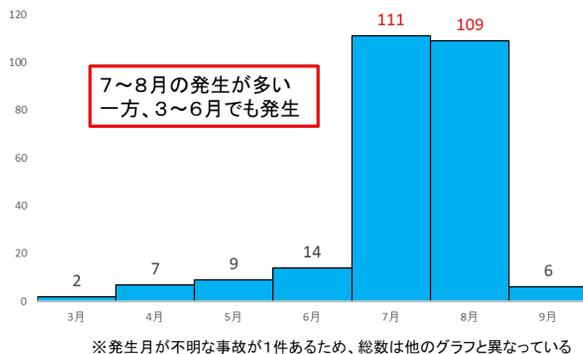
要因別の死亡事故発生状況（令和3年）



農作業中の熱中症による死亡者数の推移（平成24～令和3年）



農作業中の熱中症による死亡者数月別（平成24～令和3年）

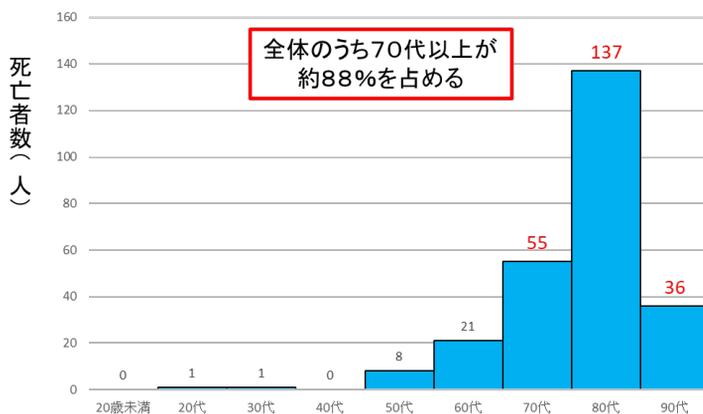


## 熱中症にかかりやすい人

○農作業中の熱中症による死亡者数を年代別に見ると70代以上が約9割を占めています。

○一般的に、高齢者は暑さや水分不足に対する感覚機能が低下するとされているので、特に注意が必要です。

農作業中の熱中症による死亡者数年代別（平成24～令和3年）



# MAFFアプリと熱中症警戒アラートの連携

MAFFアプリ<sup>注)</sup>では、登録された地域に熱中症警戒アラートが発表された場合、当日の朝に自動でアラートが通知される機能が付加されています

注) MAFFアプリは農林水産省が農林漁業者等のスマートフォンに、農林水産業に役立つ情報を直接お届けするアプリです。

## MAFFアプリの設定

### ①MAFFアプリをダウンロード

↓農林水産省HP (MAFFアプリについて)

<https://www.maff.go.jp/j/kanbo/maff-app.html>

↓QRリーダーで読み取り、  
アプリをダウンロード



Android



iOS

### ②push通知機能をONに設定

マイページのプロフィール設定で、

- 1) 都道府県と市区町村を設定
- 2) ページをスクロール
- 3) push通知をON
- 4) 更新



## 熱中症警戒アラートの通知

ロック画面のプッシュ通知



MAFFアプリのホーム画面の通知



# 熱中症対策

作業中に気をつけること

## 農作業中の 熱中症対策チェック



### 高温時の作業は避けましょう

一般的に70歳以上の方は、のどのかわきや気温の上昇を感じづらくなります。日中の気温の高い時間帯は外して作業しましょう。



### 単独作業は避けましょう

なるべく2人以上で作業し、時間を決めて声をかけあったり、異常がないか確認しあうようにしましょう。



### 20分おきに 休憩&水分補給しましょう

涼しい日陰などで作業着を脱ぎ、体温を下げましょう。のどがかわいていなくても、20分おきに毎回コップ1～2杯以上を目安に水分補給しましょう。



# 熱中症対策アイテムの活用

○暑い時間帯の作業等が避けられない場合



## ▲ファン付きウェア

身体に風を吹き込み、気化熱で涼しい



## ▲冷却ベスト

保冷剤などで身体を直接冷やす  
ファン付きウェアも  
組合せも◎



## ▲ヘルメット・帽子

過熱素材を練り込んだものや通気性のあるものなど、素材や機能性もチェック



## ▲ネッククーラー

首元は冷やす場所として最適  
水や氷を使用するもの、充電して使用するものがある

○1人作業のリスクを回避したい場合



## ▲ウェアラブル端末

深部体温や体内の水分バランスを計測し、休憩や水分補給のタイミングをお知らせ



## ▲救急セット

経口補水液や冷却グッズ、きれいな水など、一式を準備



## ▲冷感タオル

水で濡らして気化熱を利用して、身体を冷やす

○作業環境を改善したい場合



## ▲ミストファン

バケツの水を利用して、ミストを発生



## ▲ミスト発生器

工場扇やテント等に後付け可能



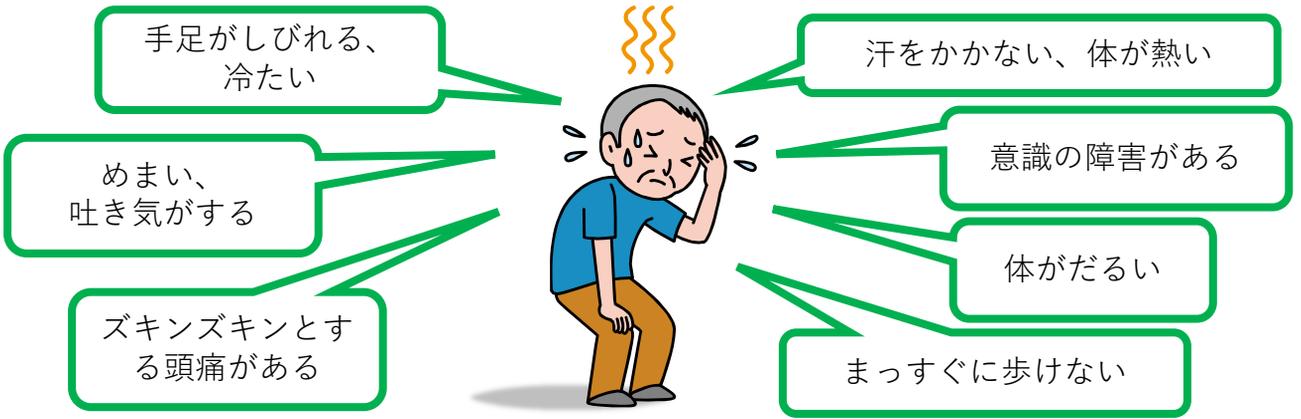
## ▲ステンレスボトル

ミスト噴射機能付きで、休憩時間にリフレッシュ

# 熱中症の症状と応急処置

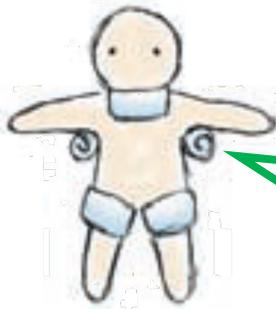
## 熱中症の代表的な症状

- ・熱中症には特徴的な症状がなく、「暑い環境での体調不良」は全て熱中症の可能性が  
あります。
- ・**体調不良の症状があれば**、すぐに作業を中断しましょう。



## 応急処置

- ・涼しい環境へ避難しましょう。
- ・服をゆるめて風通しをよくしましょう。
- ・水をかけたり、扇いだりして体を冷やしましょう。
- ・水分・塩分を補給しましょう。



脇の下、両側の首筋、  
足の付け根を冷やすと  
効果的です



## 病院へ

- ・意識がない場合、自力で水が飲めない場合、応急処置を行っても症状が改善しない  
場合は、すぐに医療機関で診察を受けるようにしてください。



# 暑さ指数に応じた作業の目安

暑さ指数（WBGT）に応じた農作業を行いましょう。  
お住まいの地域の暑さ指数（WBGT）に照らして、当日に予定している作業の強度が高い場合は、**より軽い作業への変更**を検討してください。変更が難しい場合は、**作業する時間を朝夕の時間帯にずらしたり、休憩や給水の回数を増やす**などの対策を行ってください。

注）暑さ指数（WBGT）とは、**暑さの厳しさを示す指標**です。暑さ指数が高ければ高いほど、熱中症になりやすくなります。

身体作業強度／WBGT基準値 ( )内は暑さに慣れていない人	作業の例
<b>安静／33（32）</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・安静</li> </ul>
<b>軽作業／30（29）</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・楽な座位、立位、軽い手作業（書く、簿記など）</li> <li>・手及び腕の作業（点検、組み立てや軽い材料の区分け）</li> <li>・腕と足の作業（普通の状態での乗り物の運転、足のスイッチやペダルの操作）</li> </ul>
<b>中程度の作業／28（26）</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・トラクターや重機の操作、草むしり、果物や野菜を摘む</li> <li>・軽量の荷車や手押し車を押したり引いたりする</li> </ul>
<b>激しい作業／26（23）</b> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・シャベルを使う、草刈り、掘る、のこぎりをひく</li> <li>・重い荷物の荷車や手押し車を押したり引いたりする</li> </ul>
<b>極めて激しい作業／25（20）</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・激しくシャベルを使ったり掘ったりする、斧をふるう</li> </ul>

日本工業規格Z8504(熱環境の人間工学—WBGT(湿球黒球温度)指数に基づく作業者の熱ストレスの評価—暑熱環境) 附属書A「WBGT熱ストレス指数の基準値表」を基に作成

お住まいの地域の暑さ指数はこちらから確認できます！



環境省「熱中症予防情報サイト」

[http://www.wbgt.env.go.jp/wbgt\\_data.php](http://www.wbgt.env.go.jp/wbgt_data.php)

お住まいの地域の暑さ指数を毎朝メールでお届けすることもできます！



環境省「熱中症予防情報サイト」

[http://www.wbgt.env.go.jp/mail\\_service.php](http://www.wbgt.env.go.jp/mail_service.php)

## (参考) 熱中症関係情報

- ・ 熱中症対策を含む農作業安全対策全般について

農林水産省ホームページ 「農作業安全対策」

[https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s\\_kikaika/anzen/index.html#necchuushou](https://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/index.html#necchuushou)



- ・ 熱中症予防アイテムについて

農林水産省ホームページ 「作業安全対策に関するカタログ」

[https://www.maff.go.jp/j/kanbo/sagyou\\_anzen/catalog.html](https://www.maff.go.jp/j/kanbo/sagyou_anzen/catalog.html)



- ・ 熱中症全般について

環境省ホームページ 「熱中症予防情報サイト」

<https://www.wbgt.env.go.jp/>



- ・ 地域の高齢者等に対する熱中症対策の事例や職場における熱中症予防対策等について

厚生労働省ホームページ 「熱中症関連情報」

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/kenkou/nett](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nett)



- ・ 熱中症警戒アラートや気温に関する予測情報などについて

気象庁ホームページ 「熱中症から身を守るために」

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

