

# 農作業中の熱中症にご注意ください！

- 暑さに体が慣れていない時期の急な高温時に、農作業中の熱中症事故が多発しています。
- 暑さの感じ方は人により異なります。  
高年齢の方は特に注意が必要です。



体温を下げるための体の反応が弱くなっており、自覚がないのに熱中症になる危険があります。

のどの渴きを感じにくい

汗をかきにくい



暑さを感じにくい

## ～熱中症予防のポイント～

### 通気性の良い服装と帽子



冷却グッズの活用※

(例)濡れタオル、保冷剤をくるんだタオル等

### こまめな水分・塩分補給



無理をせず、適度な休憩をとりましょう

### ハウスや畜舎の換気



短時間の作業でも、側窓や天窓を開放して風通しを良くしましょう

### 周りの人にも気配りを



1人作業の時は、必ず家族に作業場所と帰宅時刻を伝えましょう

※タオルを首に巻いて機械作業を行う際は、作業機の回転部分に巻き込まれないよう、タオルの端を服の中へ入れ込むなどの対策をしましょう。