

熱中症の症状と応急処置

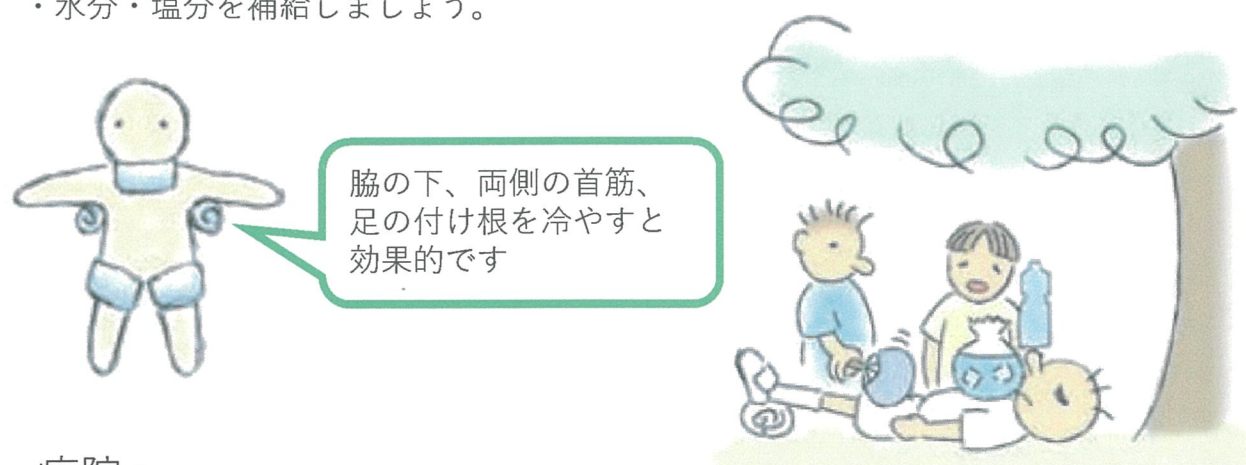
熱中症の代表的な症状

- ・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。



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。



農作業中の熱中症を予防しましょう

農作業中の熱中症は高温多湿となる7~8月に多く発生しております。農業従事者の中には、知らず知らずのうちに熱中症にかかっているケースも多く、特に高齢(65歳以上)になると暑さや喉(のど)の渴きを感じにくくなるため注意が必要です。体調や安全確認のためマメに連絡を取り合うなど、しっかり対策をしましょう。

～ 予防のポイント ～

◎暑さを避ける

高温時の作業は極力避け、日陰や風通しの良い場所で作業しましょう。

◎こまめな休憩と水分補給

喉の渴きを感じる前に、こまめに水分・塩分を補給しましょう。

◎単独作業は避ける

なるべく2人以上で作業し、時間を決めて声を掛け合うなど異常がな確認し合うようにしましょう。

◎熱中症対策アイテムの活用

野外では帽子に加えファン付きウェアやネッククーラーなどを着用、屋内では送風機やスポットクーラーなどを活用しましょう。

*熱中症が疑われる場合には

①作業を中断 (代表的な症状)

- ・汗をかかない、体が熱い
- ・めまい、吐き気、頭痛
- ・倦怠感、判断力の低下

②応急処置

- ・涼しい場所へ避難
- ・衣服をゆるめ体を冷やす
- ・水分・塩分を補給

③病院へ

- ・応急処置をしても症状が改善しない場合は医療機関で診察を受けましょう！



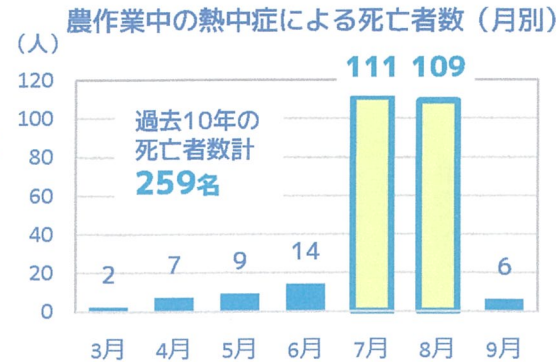
農作業中の熱中症を 予防しましょう!!

農業者の
みなさまへ

夏に向けて、農作業中に熱中症になる人が増えてきます。
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!!

* 農作業中の熱中症 *

- 毎年、約30名の方が農作業中の熱中症により死亡
- 死亡事故の約85%が7~8月に発生している一方で3~6月にも発生



* 予防のポイント *

暑さを避ける

高温時の作業は極力避け、日陰や風通しのよい場所で作業



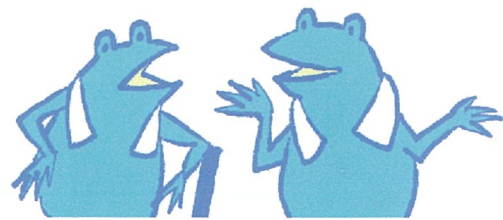
こまめな休憩と水分補給

喉の渇きを感じる前に、こまめに水分・塩分を補給



単独作業は避ける

複数名で作業を行う、時間を決めて連絡をとり合う



熱中症対策アイテムの活用

帽子や吸湿速乾性の衣服の着用、空調服や送風機の活用



そのほか、日々の体調管理など熱中症に負けない体づくりをしておきましょう!

農林水産省

もっと
知りたい!!

熱中症対策

* 熱中症対策アイテム *

身体を冷やす

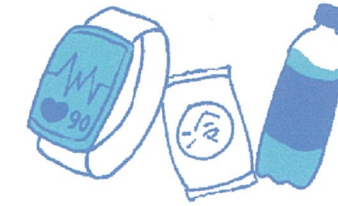
暑い時間帯の作業等が避けられないときに活躍



ファン付きウェア、
ネッククーラー

1人作業の備え

やむを得ず1人作業をする際のリスクを回避したいときに活躍



ウェアラブル端末、
応急セット

環境改善

作業場を涼しくしたり、休憩の質を高めたいときに活躍



ミストファン

* 熱中症警戒アラートと MAFFアプリの連携 *

熱中症警戒アラートとは?
熱中症の危険性が極めて高くなると予測された際に発表される注意喚起情報



* 熱中症が疑われる場合には *

01 作業を中断



(代表的な症状)

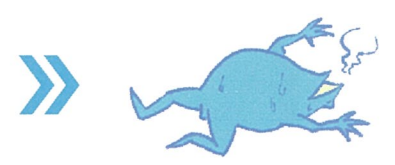
- 汗をかかない、体が熱い
- めまい、吐き気、頭痛
- 倦怠感、判断力低下

02 応急処置



- 涼しい環境へ避難
- 衣服をゆるめ体を冷やす
- 水分・塩分を補給

03 病院へ



応急処置をしても症状が改善しない場合は医療機関で診療を受けましょう!!