

農作業中の熱中症 にご注意ください！

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

熱中症の発生が急増する時期になります。
新型コロナウイルス感染症対策のため、「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントを踏まえ、農作業中の熱中症に注意してください。

1 暑さを避けましょう

感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。

また、暑い日や時間帯は無理をしないことを心がけましょう。



2 適宜マスクをはずしましょう

夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなります。このため、屋外やハウスで人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、熱中症のリスクを考慮し、マスクをはずすようにしましょう。



距離を十分にとる



3 こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に水分を摂取しましょう。
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



4 日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養を。

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

【お問い合わせ】熊本県農林水産部生産経営局農業技術課

TEL 096-333-2380 FAX 096-381-8491