

農作業中の熱中症に注意しましょう!

～熱中症は適切な予防をすれば防げます～

今年は過去最速の梅雨明けで、新潟県も高気温が続いています。体が慣れていないことから、農作業中の熱中症事故の多発が心配されます。熱中症を正しく理解し、予防に努めましょう!

熱中症予防の

暑さをしのぐ服装で

屋外で人との距離が
2メートル以上

↓↓↓
マスクを外す!

こまめな水分補給・休憩

熱中症になりにくい
室内環境

熱中症かも? のときは・・・!

1. とにかく涼しい場所に避難!
2. 身体を冷ます!
(衣服をゆるめる、首や脇の下を冷やす、水をかける、扇ぐ)
3. 水分・塩分を補給!
4. 症状がよくならなければすぐ救急車を!