

こまめな水分補給で熱中症をふせぎましょう！  
「ここまでしてから休憩」では遅いですよ…

気候が暖くなり、これからますます外での作業が増えていきます。今から熱中症対策をはじめましょう。

「熱中症」は、高温多湿な環境に長くいることで、徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもった状態を指します。屋外だけでなく室内で何もしていないときでも発症し、救急搬送されたり、場合によっては死亡することもあります。

熱中症について正しい知識を身につけ、体調の変化に気をつけるとともに、周囲にも気を配り、熱中症による健康被害を防ぎましょう。まだまだ厳しい暑さが続きます。農作業中はマスクを上手に着用し、熱中症をふせぎましょう。

※厚生労働省資料



⚠ 応急処置をしても症状が改善されない場合は医療機関を受診しましょう

## 熱中症が疑われる人を見かけたら(主な応急処置)

❄ エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難



❄ 衣服をゆるめ、からだを冷やす  
(首の周り、脇の下、足の付け根など)



❄ 水分・塩分、経口補水液※などを補給  
※水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの



## 労災保険への加入はお済みですか？

熱中症も補償の対象ニャン

労災保険は、労働者のケガや病気・死亡に対する補償制度です。業務中に被災した場合、病院での治療や入院などが治るまで無償で受けられ、休業補償や障害補償などもあります。1日でも・1人でも従業員を雇うなら、必ず加入しましょう！また、事業主や家族、法人役員でも、一定の要件のもとに特別に加入することができます。



労災保険のお問い合わせはお近くのJAへ 鹿児島県農協労働保険事務組合

