

28生産第480号
平成28年6月2日

一般社団法人日本農業機械化協会会長 殿

農林水産省生産局技術普及課長

農作業中の熱中症対策について

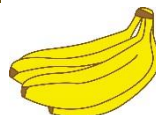
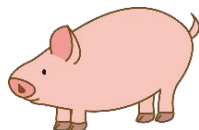
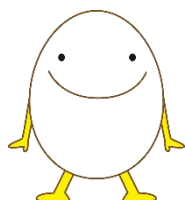
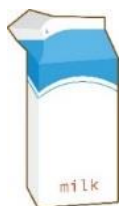
農作業中の熱中症は毎年発生していますが、熱中症による死亡事故件数は、別添1のとおり平成22年以降毎年20件前後で推移し、7・8月に70～80代の方が屋外作業を行うときに集中して発生しています。また、気象庁が発表した暖候期予報によると、今夏の平均気温は全国的に平年並みか高いとされており、今夏の暑熱環境下での農作業は特に対策が必要です。

熱中症の予防は、水分をとることと、体温の上昇を抑えることが基本です。暑熱環境下での作業の留意点については、「農作業安全のための指針（平成14年3月29日付け13生産第10312号農林水産省生産局長通知）」においてとりまとめているところですが、熱中症の発生が急増する時期を迎えるにあたり、貴職より貴関係者に対し、あらゆる機会を利用して別紙の内容を幅広く周知いただきますようお願いいたします。特に、高齢農業者は、日常生活の中で数日かかって徐々に熱中症が進行するケースがあり、周囲の人に気づかれにくい上、発症後も回復しにくいことが知られています。周囲の方々が協力して声かけを行う等、重点的に対策を行っていただきますようお願いいたします。

なお、環境省が開設している熱中症予防情報サイト（<http://www.wbgt.env.go.jp/>）では、熱中症の目安となる暑さ指数（WBGT：湿球黒球温度）や熱中症の対処方法（応急処置）、普及啓発資材等が掲載されておりますので、適宜ご活用願います。

1. 暑くなる前に、熱中症に負けない体作りをしておきましょう

- ☀ 暑さに慣れるため、毎日30分くらい歩く習慣をつけましょう
(歩いた後は牛乳を1杯飲むとさらに効果的です)
- ☀ 暑さに強くなる食べ物を積極的にとりましょう
(ビタミンB1を含む豚肉や卵、カリウムを含むほうれん草やバナナ、クエン酸を含む梅干しやパイナップルなどが効果的です)



2. 暑くなってきたら、日々の体調管理に一段と気をつけるようにしましょう

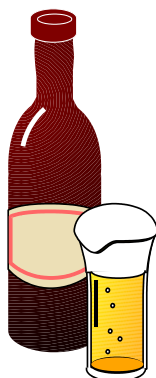
- ☀ 高血圧症・糖尿病等の持病や、睡眠不足・前日の飲酒・朝食の未摂取等は熱中症の発生に影響を与えます



朝食は作業前に欠かさず食べましょう



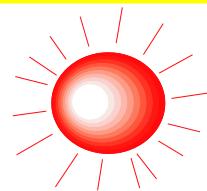
睡眠はしっかりとりましょう



お酒はほどほどにしましょう
(気づかないうちに脱水します)



持病がある場合や体調不良のときは
翌日の作業内容の変更などを検討しましょう



1. 日中の気温の高い時間帯を外して作業を行いましょう

- ☀ 特に70歳以上の方は、高温時の作業は極力避けましょう
- ☀ 日中のシャベルを使った作業や草刈りは避けましょう(別添2参照)

2. こまめな休憩、水分補給を行いましょう

- ☀ のどが乾いていなくても20分おきに休憩し、毎回コップ1~2杯をめやすに水分補給しましょう
- ☀ 休憩時は作業着を脱ぎ、手足を露出して体温を下げましょう

3. 熱中症予防グッズを活用しましょう

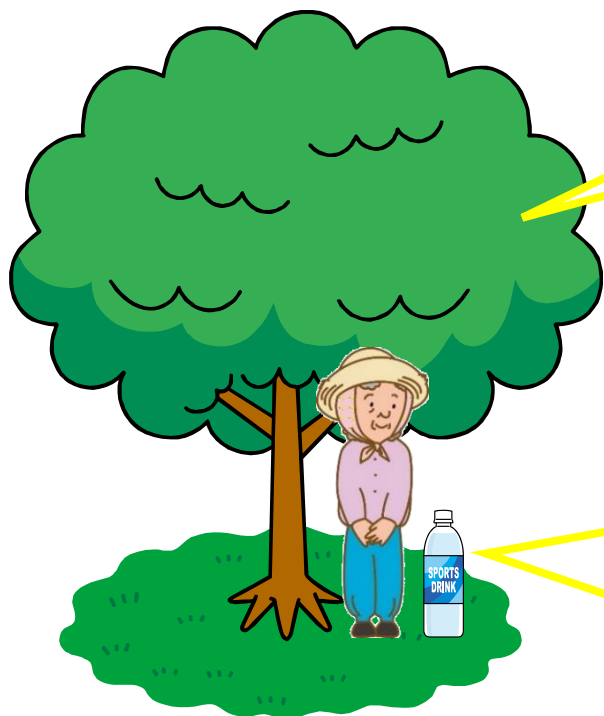
- ☀ 屋外では帽子、吸汗速乾性素材の衣服やファン付きの作業着、屋内では送風機やスポットクーラーなどを活用しましょう

4. 単独作業を避けましょう

- ☀ 作業は2人以上で行うか、時間を決めてお茶を運び合うなど、定期的に異常がないか確認し合うようにしましょう

5. 高温多湿の環境を避けましょう

- ☀ 作業場所には、日よけを設ける等、できるだけ日陰で作業をするようにしましょう
- ☀ ハウス等の施設内では、断熱材を使用したり、風通しを良くするなどして気温や湿度が高くなりすぎないようにしましょう



木陰などの涼しい休憩場所を必ず確保しておきましょう

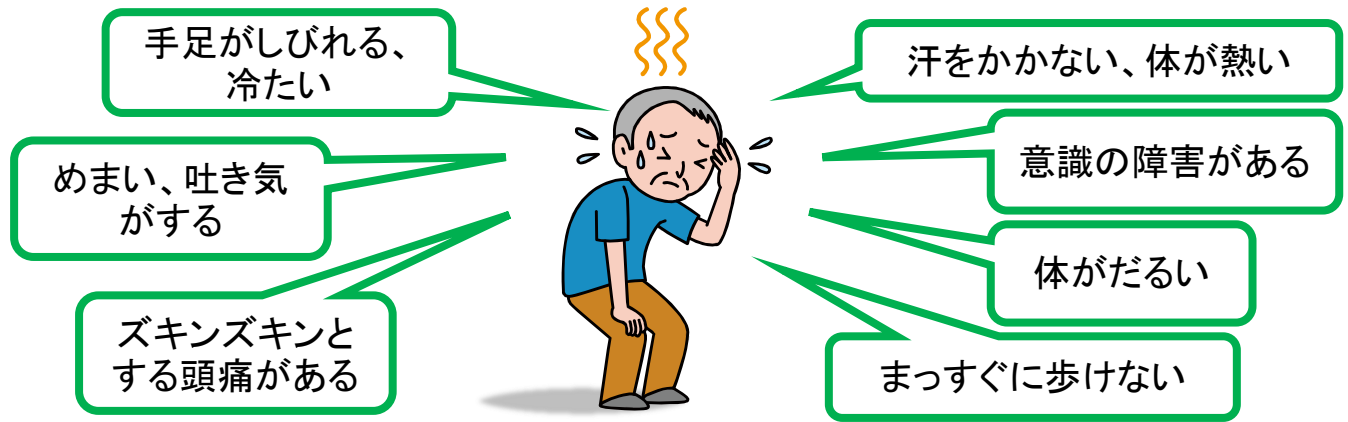


足がつったり、筋肉がピクピクする症状がみられたら、0.1~0.2%程度の食塩水(1ℓの水に1~2gの食塩)かスポーツ飲料を飲みましょう

熱中症が疑われる場合の処置

1. 暑い環境で体調不良の症状がみられたら、すぐに作業を中断しましょう

☀ 代表的な症状は以下のとおりですが、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ります

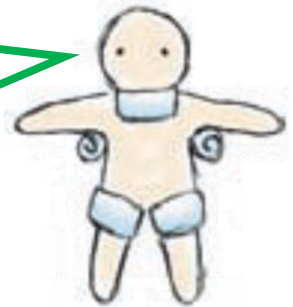


2. 応急処置を行きましょう



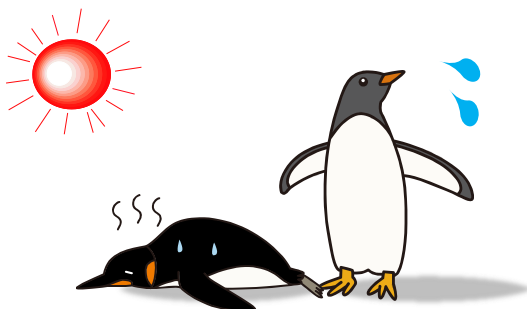
- ☀ 涼しい環境へ避難しましょう
- ☀ 服をゆるめて風通しをよくしましょう
- ☀ 水をかけたり、扇いだりして体を冷やしましょう
- ☀ 水分・塩分を補給しましょう

脇の下、両側の首筋、足の付け根を冷やすと効果的です



3. 病院で手当を受けましょう

☀ 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よくなる場合は、すぐに病院で手当を受けるようにして下さい



参考情報

- 熱中症対策を含む農作業安全対策全般について

農林水産省ホームページ「農作業安全対策」

http://www.maff.go.jp/j/seisan/sien/sizai/s_kikaika/anzen/index.html#necc_huushou

- 熱中症予防グッズについて

全国農業機械商業組合連合会ホームページ「おしゃれな農作業ウェア」

<http://www.zennouki.org/ware.html>

- 熱中症全般について

環境省ホームページ「熱中症予防情報サイト」

<http://www.wbgt.env.go.jp/>

- 農業法人等で雇った人の熱中症予防や地域の高齢者等に対する熱中症対策の事例等について

厚生労働省ホームページ「熱中症関連情報」

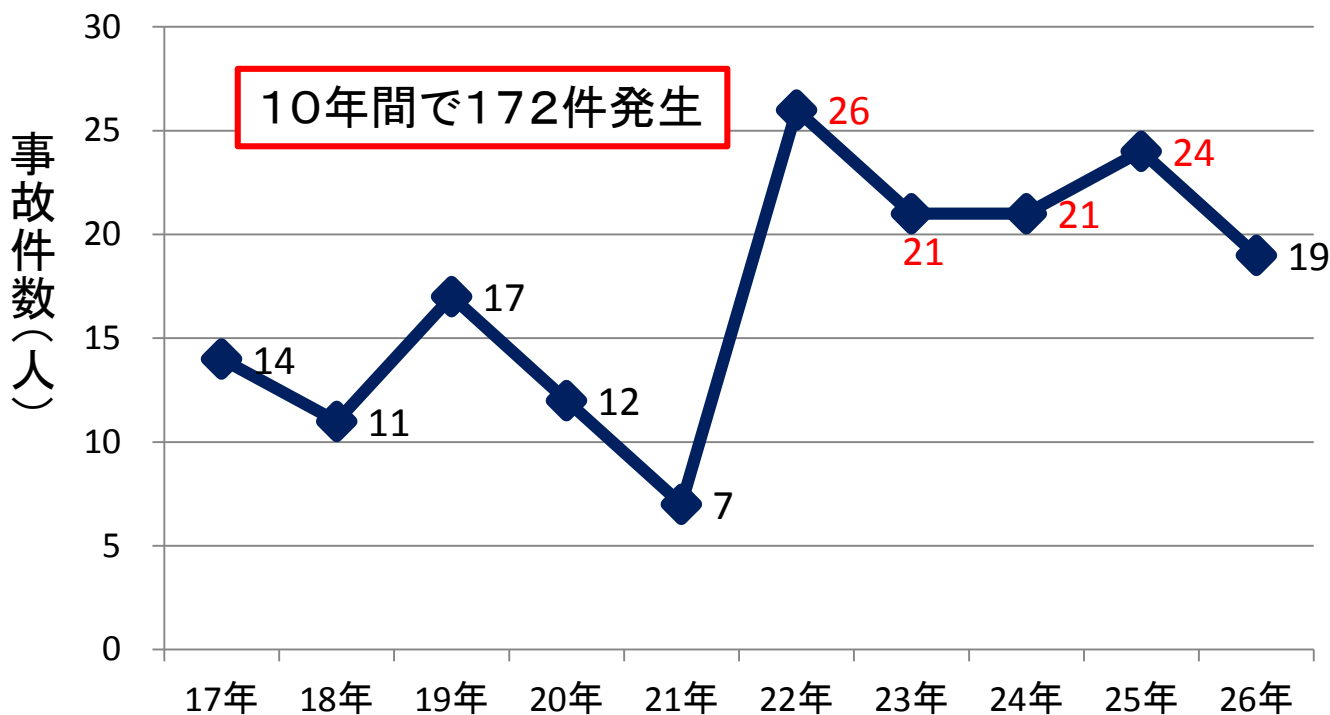
http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/

- 気温に関する予測情報などについて

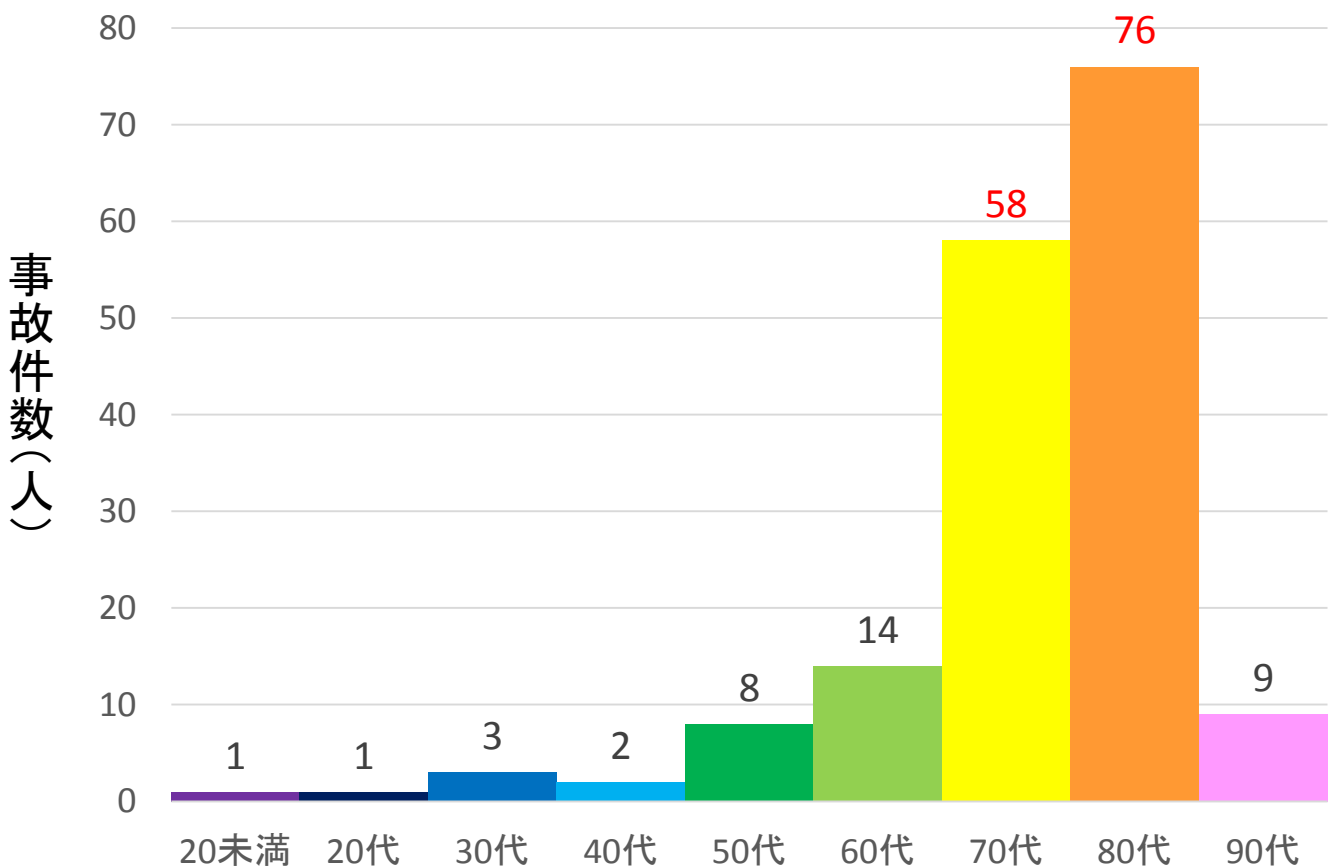
気象庁ホームページ「熱中症から身を守るために」

<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/kurashi/netsu.html>

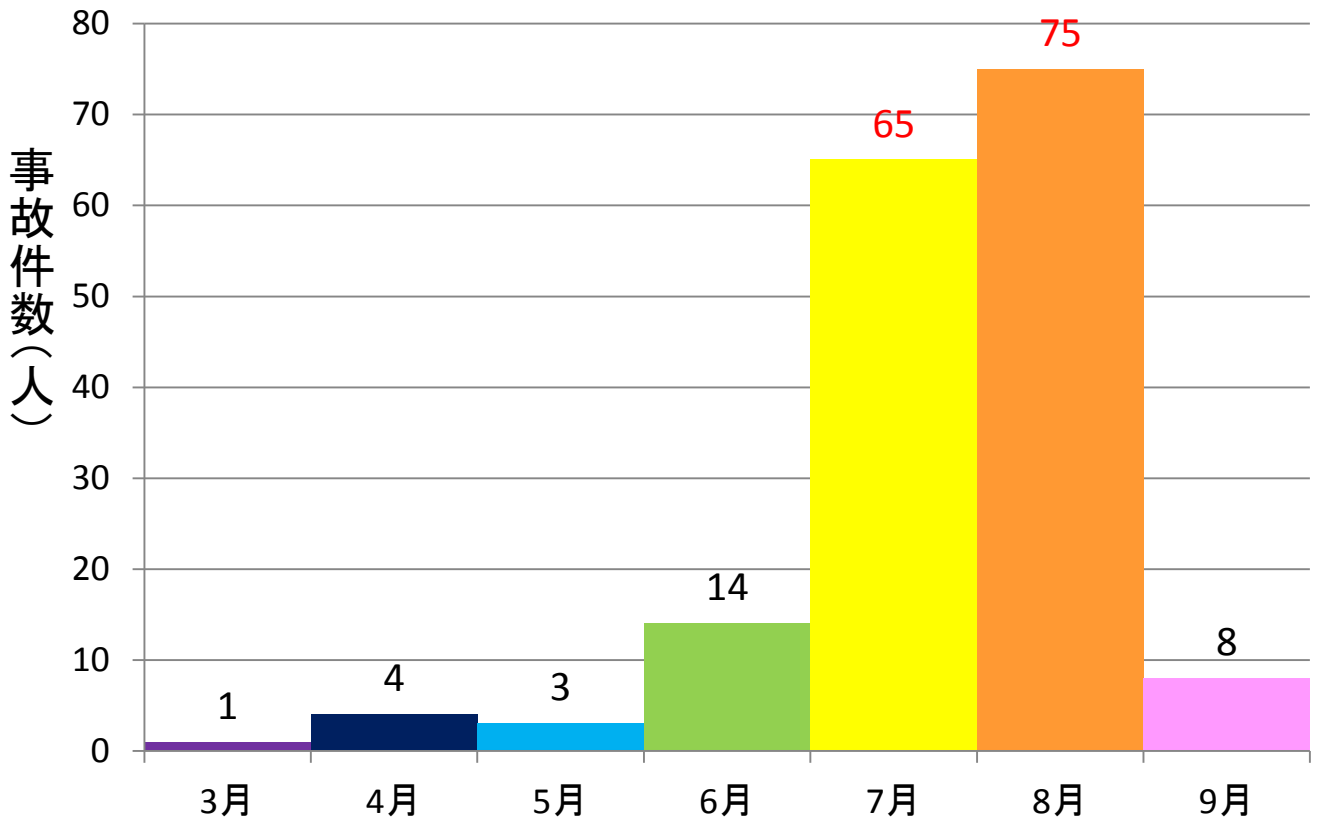
農作業中の熱中症による死亡事故件数の推移



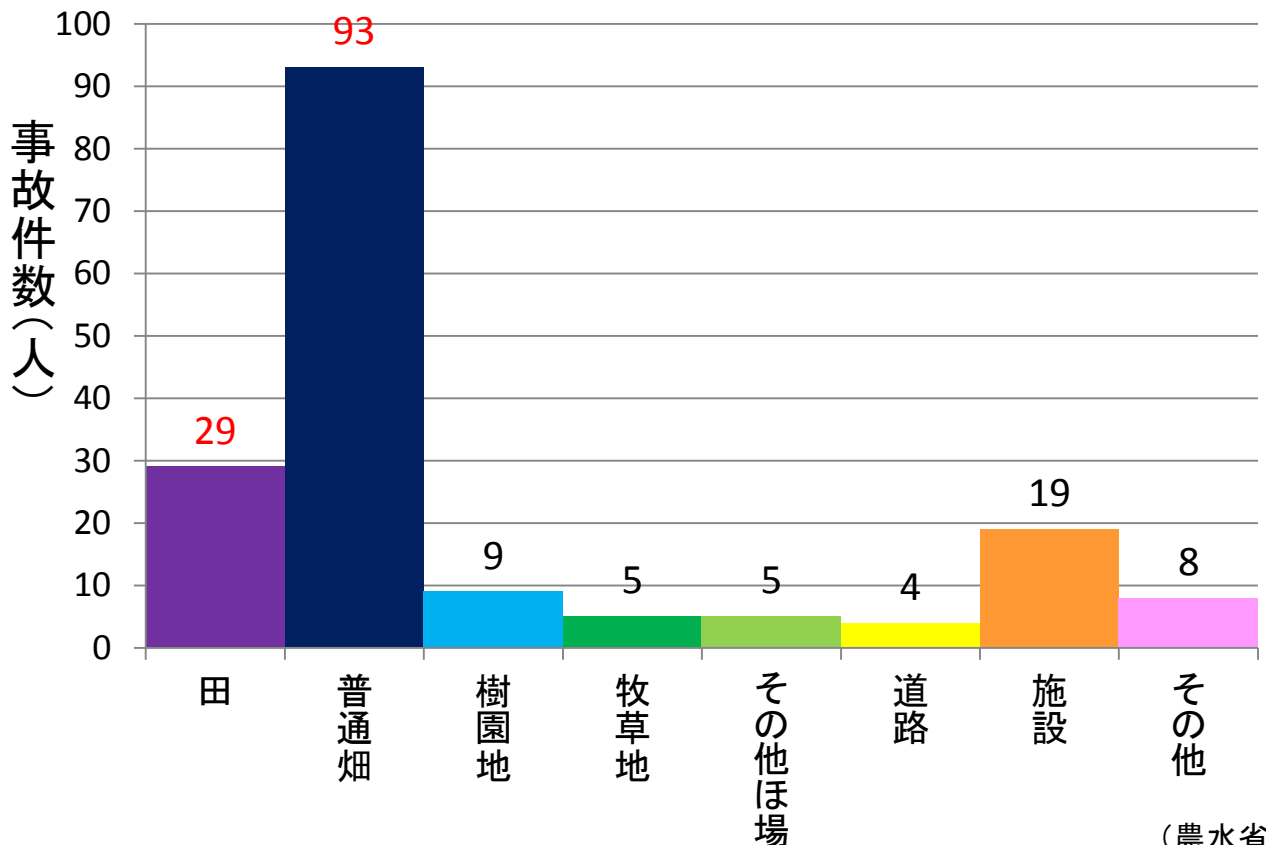
農作業中の熱中症による死亡事故件数、年齢別(平成17~26年)



農作業中の熱中症による死亡事故件数、月別（平成17～26年）



農作業中の熱中症による死亡事故件数、場所別（平成17～26年）



農作業における身体作業強度と熱中症のリスクについて

身体作業強度	作業の例
安静	安静
軽作業	楽な座位、立位、軽い手作業(書く、簿記など) 手及び腕の作業(点検、組み立てや軽い材料の区分け) 腕と足の作業(普通の状態での乗り物の運転、足のスイッチやペダルの操作)
中程度の作業	トラクターや重機の操作、草むしり、果物や野菜を摘む 軽量の荷車や手押し車を押したり引いたりする
激しい作業	シャベルを使う、草刈り、掘る、のこぎりをひく 重い荷物の荷車や手押し車を押したり引いたりする
極めて激しい作業	激しくシャベルを使ったり掘ったりする、斧をふるう、 階段を登る、走る

熱中症リスク 低



熱中症リスク 高

農作業安全のための指針（抄）

（平成14年3月29日付け13生産第10312号農林水産省生産局長通知）

2 作業環境への対応

(1) 暑熱環境

夏場等の暑熱環境下での作業は、熱中症（熱射病、熱けいれん、熱まひ）を生じる恐れがあるので、次の事項に留意すること。

ア 日中の気温の高い時間帯を外して作業を行うとともに、休憩をこまめにとり、作業時間を短くする等作業時間の工夫を行うこと。水分をこまめに摂取し、汗で失われた水分を十分に補給すること。

イ 帽子の着用や、汗を発散しやすい服装をすること。
作業場所には日よけを設ける等できるだけ日陰で作業するように努めること。

ウ 屋内では遮光や断熱材の施工等により、作業施設内の温度が著しく上がらないようにするとともに、風通しをよくし、室内の換気に努めること。
作業施設内に熱源がある場合には、熱源と作業者との間隔を空けるか断熱材で隔離し、加熱された空気は屋外に排気すること。