



命を守るための緊急呼びかけ

熱中症は予防できます!

今年の暑さは例年とは違います

「私は大丈夫」
その油断が
一番危険です。



今日から守る 5つの約束

① のどが渇く前に
水分補給



こまめに
水分を取りましょう。

② 忘れずに
塩分補給



汗をかいたら
塩分も一緒に。

③ 直射日光を防ぐ
服装を
整えよう



帽子・ネッククーラー・
通気性の良い服を着用。

④ 30分ごとに
休憩を



無理をせず、日陰や
涼しい場所で一息を。

⑤ 少しでも異常を
感じたら
作業中止



めまい・頭痛・吐き気など、
早めの対処が大切です。

最重要
ルール

熱中症特別警戒アラート発令時は
屋外作業は
原則 **中止・延期**

命を守るための
最優先対応です!



自己判断は
禁止です!

×

少しだけだから
大丈夫



×

発注者に
悪いから



×

配分金が
心配だから



×

頼まれたから



迷ったときは、
センターに
必ず相談を!



安全はすべてに優先する!

安全管理委員会

仲間の命を守るため
一人ひとりが意識し、
行動しましょう。

