

ねつ ちゅう しょう たい さく 熱 中 症 対 策

電動ファン付き作業服 助成実施中！



熱中症予防 電動ファン付き 作業服で快適作業！

ファンの力で
体を冷やして
熱中症を防ごう！



電動ファン付き 作業服のメリット

- ✓ 風が体を冷やす！
- ✓ 汗を素早く乾かす！
- ✓ 体温上昇を抑える！
- ✓ 作業効率アップ！
- ✓ 熱中症リスクを減らす！



熱中症予防のポイント

1 こまめに 水分補給



のどが渇く前に、
水分をとりましょう。

2 こまめに 休憩



日陰で休んで、
体を休めましょう。

3 塩分・ミネラル 補給



汗で失われる塩分や
ミネラルを補給しましょう。

4 無理をせず 体調管理



体調が悪いときは、
無理をしないように。



自分の身は、自分で守る！

安全第一で、元気に作業しよう！

いつまでも元気に、自分らしく！

歩行・自転車 転倒防止！

ちょっとした注意で、転倒を防ぎましょう！

歩行のポイント



足元に注意！

段差やくぼみ、
つまずきやすい場所に
気をつけましょう。



時間に余裕を！

あわてず、ゆっくり
行動することが
転倒防止につながります。



足に合った靴を！

すべりにくく、
つまずきにくい靴を
選びましょう。



自転車のポイント



ヘルメットを着用！

万が一のときに、
頭を守ります。



スピードは控えめに！

急なブレーキや
カーブでの転倒を
防ぎましょう。



自転車の点検を！

ブレーキやタイヤの空気、
ライトなどを定期的に
チェックしましょう。



共通の転倒予防ポイント



明るい服装・反射材を活用！



周囲から見えやすくなり、
事故防止にもつながります。



整理整頓を心がける！



家の中のつまずきの原因を
なくしましょう。



体力づくりを習慣に！



筋力やバランス力をつけて、
転倒を予防しましょう。



水分補給を忘れずに！



脱水はふらつきの原因に
なることがあります。



毎日の心がけで、転倒しにくい生活を！

安全に気をつけて、いつまでもいきいきと
元気に過ごしましょう。

