

！ 農業者の皆様へ！

夏場の熱中症に

注意！



農作業中の熱中症の事例

事例 ①

7月、80代、死亡

食事や水分をとらずに炎天下で畑仕事をしていたところ、畑でうつぶせで倒れているところを発見される。

事例 ②

8月、60代、入院

数日間の炎天下での作業ののち、嘔吐や下痢の症状があらわれ、食事や水分が摂取できない状態が続き、入院した。

事例 ③

7月、60代、入院

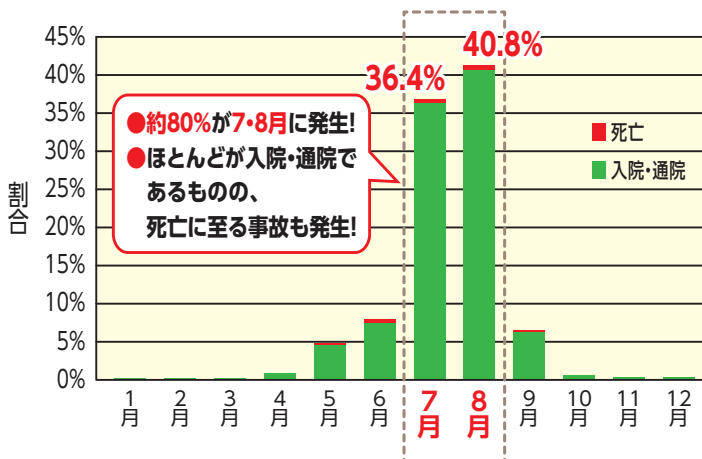
ビニールハウスで、朝から昼前まで作業をしていたところ、多量の発汗や嘔吐の症状があらわれ、救急搬送され入院した。



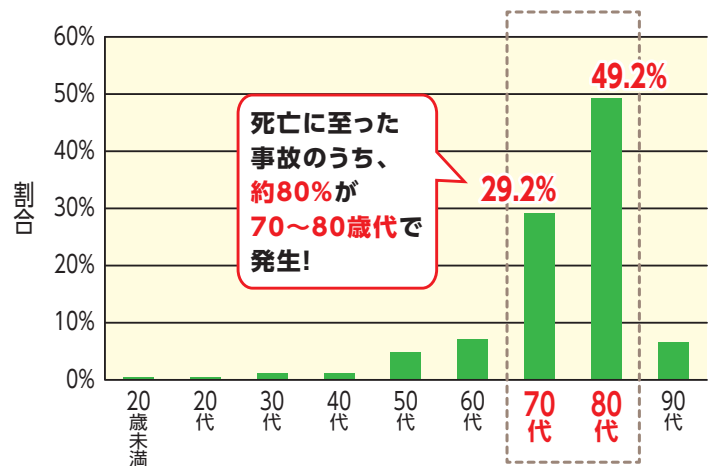
※JA共済連調べ

7・8月、高齢者(70～80歳代)は特に注意!

熱中症による事故の発生割合(月別)



熱中症による死亡事故の発生割合(年齢層別)



※JA共済連調べ(平成25年から平成29年に農業者が熱中症(疑い含む)を原因として、死亡、入院・通院のいずれかの状態となり共済金が支払われた事案を基に作成)

※農林水産省調べ(平成18年から平成29年の農作業中の熱中症による死亡事故調査)

熱中症対策に

水分・電解質(イオン) 補給を!!



注意

高齢農業者が熱中症になりやすい理由



発汗量が多い

体内の塩分の損失量が多い

喉が渇くと感じず 水分・塩分補給しない

体内の水分量が減る

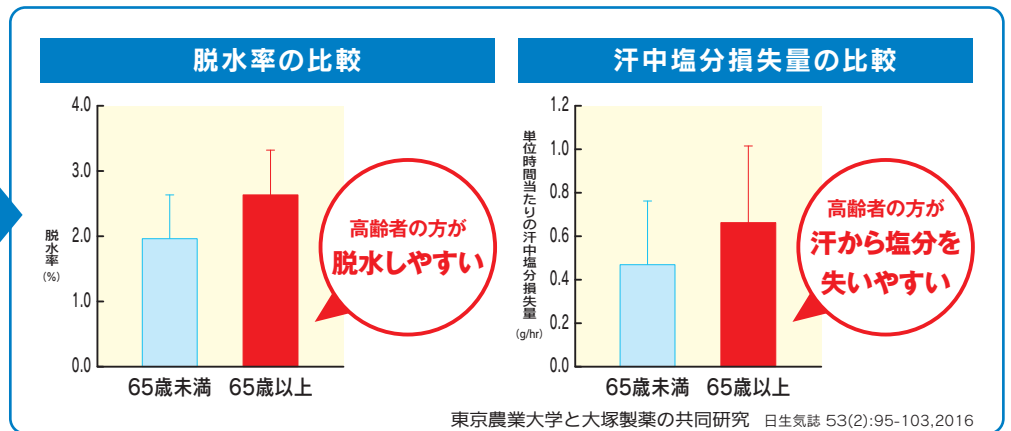
体温が上昇

熱中症



高齢農業者は発汗量が多く脱水しやすい!

夏場のハウス栽培作業時における農業者の汗のかき方を調査しました



水分補給時のポイント

汗で失う水分・塩分を補うため、喉の渇きを感じる前から塩分を含む飲料をこまめに飲みましょう。

特に65歳以上の高齢の農業者は発汗量が多く、汗から塩分も多く失われるため多めに補給することが必要です。

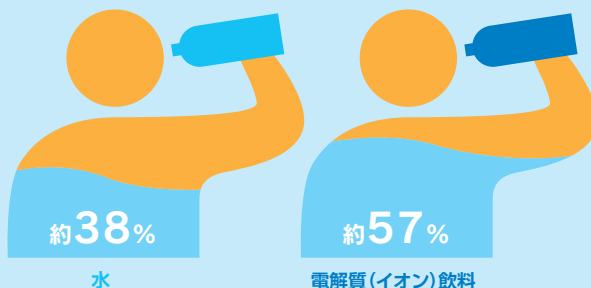
1時間で500ml
ペットボトル
1.5本程度

熱中症対策に水分・電解質(イオン)補給を

発汗時の水分補給には電解質(イオン)バランスのとれた飲料が効率よくカラダに吸収され、長時間カラダをうるおしてくれます。

飲料別体内キープ力比較

飲んだ後、2時間座り続けた間、飲んだ量のうちカラダに残った割合。



データ: Doi T, et al: Aviat Space Environ Med (2004) を改変



制作協力: 大塚製薬株式会社