

## 熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番



救急車到着まで



**水をかけ** 全身を急速冷却

### 前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事中のチェック



- 単独作業を避け、声をかけ合う
- 監督者は現場パトロール
- 水分・塩分の補給
- こまめに休憩

詳しくはコチラ



## 熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番



救急車到着まで



**水をかけ** 全身を急速冷却

### 前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事中のチェック



- 単独作業を避け、声をかけ合う
- 監督者は現場パトロール
- 水分・塩分の補給
- こまめに休憩

詳しくはコチラ



## 熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番



救急車到着まで



**水をかけ** 全身を急速冷却

### 前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事中のチェック



- 単独作業を避け、声をかけ合う
- 監督者は現場パトロール
- 水分・塩分の補給
- こまめに休憩

詳しくはコチラ



## 熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番



救急車到着まで



**水をかけ** 全身を急速冷却

### 前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事中のチェック



- 単独作業を避け、声をかけ合う
- 監督者は現場パトロール
- 水分・塩分の補給
- こまめに休憩

詳しくはコチラ



## 熱中症の応急手当

いつもと違うと思ったら、すぐに **119** 番



救急車到着まで



**水をかけ** 全身を急速冷却

### 前日のチェック

- 仕事前日の飲酒は控えめに
- ぐっすり眠る
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事前のチェック

- よく眠れたか
- 食事をしたか
- 体調は良いか
- 二日酔いしていないか
- 熱中症警戒アラート確認

### 仕事中のチェック



- 単独作業を避け、声をかけ合う
- 監督者は現場パトロール
- 水分・塩分の補給
- こまめに休憩

詳しくはコチラ

