

令和8年夏 富山労働局

熱中症 ゼロ作戦!



みんなで
対策!



合言葉は「ひ・と・こ・え」

ひ 冷やそう体

と 取ろう水分・塩分

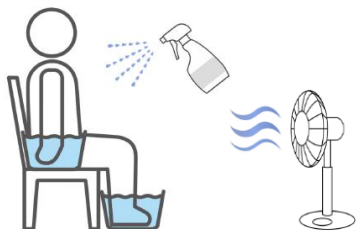
こ こまめに休憩

え 笑顔で声かけ



合言葉で確認! 熱中症予防のポイント

冷やそう体!



プレクーリングで内部体温
の上昇を抑えましょう。

取ろう水分・塩分!



のどが乾く前に水分・塩分
を補給しましょう。

こまめに休憩!



作業場所の近くに休憩場所
を確保しましょう。

笑顔で声かけ!



巡視を行い、健康状態を
確認しましょう。



緊急時は
迷わず
119番!



こんな症状
が出たら
すぐに報告!



めまい



歩行困難



異常な発汗

救急車到着まで



水をかけ 全身を急速冷却

連絡先

責任者

(部署、氏名、連絡先)

医療機関

(名称、電話、所在地)

