

暑さ指数に応じた作業の目安

暑さ指数（WBGT）に応じた農作業を行いましょう。
お住まいの地域の暑さ指数（WBGT）に照らして、当日に予定している作業の強度が高い場合は、**より軽い作業への変更**を検討してください。変更が難しい場合は、**作業する時間を朝夕の時間帯にずらしたり、休憩や給水の回数を増やす**などの対策を行ってください。

注）暑さ指数（WBGT）とは、暑さの厳しさを示す指標です。暑さ指数が高ければ高いほど、熱中症になりやすくなります。

身体作業強度／WBGT基準値 () 内は暑さに慣れていない人	作業の例
安静／33（32）	・ 安静
軽作業／30（29） 	・ 楽な座位、立位、軽い手作業（書く、簿記など） ・ 手及び腕の作業（点検、組み立てや軽い材料の区分け） ・ 腕と足の作業（普通の状態での乗り物の運転、足のスイッチやペダルの操作）
中程度の作業／28（26） 	・ トラクターや重機の操作、草むしり、果物や野菜を摘む ・ 軽量の荷車や手押し車を押したり引いたりする
激しい作業／26（23） 	・ シャベルを使う、草刈り、掘る、のこぎりをひく ・ 重い荷物の荷車や手押し車を押したり引いたりする
極めて激しい作業／25（20）	・ 激しくシャベルを使ったり掘ったりする、斧をふるう

日本工業規格Z8504(熱環境の人間工学—WBGT(湿球黒球温度)指数に基づく作業者の熱ストレスの評価—暑熱環境) 附属書A「WBGT熱ストレス指数の基準値表」を基に作成

お住まいの地域の暑さ指数はこちらから確認できます！



環境省「熱中症予防情報サイト」

http://www.wbgt.env.go.jp/wbgt_data.php

お住まいの地域の暑さ指数を毎朝メールでお届けすることもできます！



環境省「熱中症予防情報サイト」

http://www.wbgt.env.go.jp/mail_service.php