

熱中症を疑う（見つける！）

立ちくらみ・めまい

頭痛・吐き気

手足がつる

呼びかけに反応しない

言動がおかしい

汗のかきかたがおかしい

汗が止まらない／汗がでない

熱中症の対応フロー

ひとりにしない！

熱中症疑いの人

担当者へ
連絡(下記)

まず処置

① 涼しい場所へ避難

② 脱衣・体を冷やす

すぐ涼しい場所に避難
させる（風通しのよい日陰
や冷房の効いた部屋等）

作業着を脱がせる（靴も）
体を冷やす

体表を濡らし、うちわなどで
風を送る（水をかけて全
身を急速冷却）

首回り、わきの下、足の付
け根を冷たいもので冷やす

意識の異常

異常あり

（意識なし、返事がおかしい）

異常等なし

（はっきりしている）

必要に応じ医療

救急隊を要請

③ 水・塩をとらせる

医療機関へ搬送

水分を自力で摂取でき
ない場合

よくなる

よくなった

スポーツ飲料等の水分
をとらせる

足を高く上げ、手足の
先から中心へマッサージ

安静・十分休憩

担当者連絡先

職氏名

TEL

職氏名

TEL

医療機関連絡先

名称

TEL

名称

TEL

救急隊は119