

林内では、腕・足・首など、肌の露出を少なくしましょう！

● 林野作業の服装（基本＋おススメ）

肌の露出を減らしてケガや害虫から身を守るため、長ソデ・長ズボン、ヘルメット、手袋の着用が基本。長めの靴下や手ぬぐい、枝や木くずから目を護るゴーグル（保護メガネ）も推奨。汚れても良いものを着用のこと。

- ヘルメット（貸出）：後頭部ヘッドバンド調整を忘れずに。アゴひもはしっかり締める
林内に入るときには必ずかぶる。



- 首タオル・手ぬぐいなど：襟元から枝葉・ムシ・汗が中に入るのを防ぐ

- 手袋：滑り止め付軍手か園芸用・作業用手袋などサイズの合ったものを着用

- 長ズボン：作業ズボン・登山ズボンなど。足を動かし易く、スソ締まりの良い服装

- リュックサック：飲み物、雨具、貴重品などを入れる。作業中は目立つ場所に下ろしておく

- クツ：作業靴、軽登山靴、長靴など底・つま先が丈夫で滑りにくいしっかりとした物をねんざ防止にハイカットをおススメ



- 上着：トゲ・ウルシ・虫刺されから肌を護ると共に紫外線を防ぐ長袖を着用。ワークシャツなど身体が動かしやすく、ソデ締まりの良い服がおススメ
暗い色、特に黒はハチの標的になりやすい。また熱もこもりやすいので避ける。林内でも目立つ明るい色がおススメ。
- 服のスソや靴ひもは枝などに引っかからないように収める

- ノコギリ（貸出）：ベルトに通す等してサヤを腰に下げる

- ズボンのすそを長靴や長めの靴下に入れて肌を護ることを推奨
上部イラストでは脚絆（スパッツ）でカバー



長袖・長ズボンの素材：快適に過ごすには速乾性や通気性に優れた素材がおススメ。
防虫：袖口、スソ周り、首回りに防虫スプレーを吹きかけるのもおススメ。
ただし、薬効の強いスプレーを小さな子どもに使うには回数等制約があります。