

# マスク熱中症にご用心!?

梅雨を控え、「新しい生活様式」で迎える夏も3回目を迎えようとしています。  
皆様いかがお過ごしでしょうか。

夏はただでさえ暑いのにマスクなんて...そんな夏に気を付けておきたいのがマスク熱中症です!



## マスクをしていると熱中症のリスクは高まるの？

必ずしもマスクを着用して過ごすことが熱中症に直結するとは言えないものの、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、体の負担が増すことによって、熱中症のリスクは高まると言われています。

また口の渇きをあまり感じないことから、こまめな水分補給を忘れてしまうリスクも指摘されています。

## マスク熱中症にならないためには？

厚生労働省は「屋外で、周囲の人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合には、マスクを外すようにしましょう」と呼びかけています。

屋外ではフィジカルディスタンスを保ちつつ、マスクを外して適宜休憩しましょう。

また、マスクをしていると忘れがちな水分摂取は、一般的に食事以外に1日当たり1.2Lの摂取が目安です。

実は「のどや口の渇き」は熱中症予防の指標にはならず、「のどが渴いたら水を飲む」だけでは熱中症は予防できません。

のどが渴かなくても、こまめな水分摂取が必要です。



## エアコンつけておけば大丈夫だよね？

外出しないし、エアコンつけたら大丈夫でしょ...なんて思っていないですか？

自宅で過ごすことが多くなる今年の夏は、エアコンを適切に使いましょう。2015年に熱中症が最も多く発生したのは室内でした。

暑さやのどの渇きを感じにくくなった高齢者の方が、室内で気付いたところには熱中症になっていた、というケースが多発したそうです。

暑くなくても空調をつける、こまめに水分補給をする等に注意しましょう!

同時に、感染拡大予防のために行いたいのが換気です。実は、ほとんどの家庭用エアコンは室内の空気を循環させているだけで、換気の機能はありません。厚生労働省は「1時間に2回以上(数分間程度/回)、風の流れることができるように2方向の窓を全開にすること」を推奨しています。

お互いのことを思いやり、マスクの着用など感染予防対策に、引き続きご協力をお願いします!

# 正しく予防して、快適な夏を!

# 令和3年度 三遠南信牛首沢道路建設工事

## ご挨拶

本工事を担当しております、神稲建設（株）です。  
工事は5月より着手し、橋台工・仮橋工が主な工事内容となります。  
工事期間中、工事関係車両の通行等により地域住民の皆様にご迷惑をお掛けしますが安全第一に進めてまいりますのでご理解ご協力を  
よろしくお願い致します。

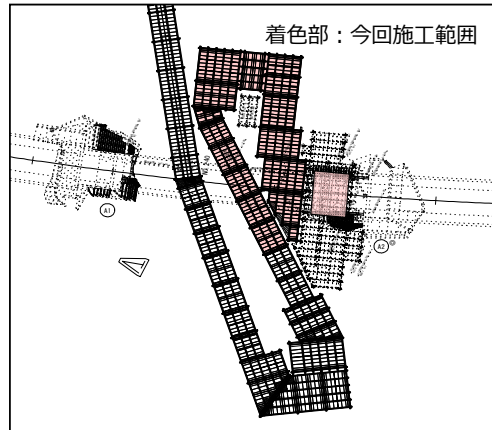
安全確認、ヨシ！



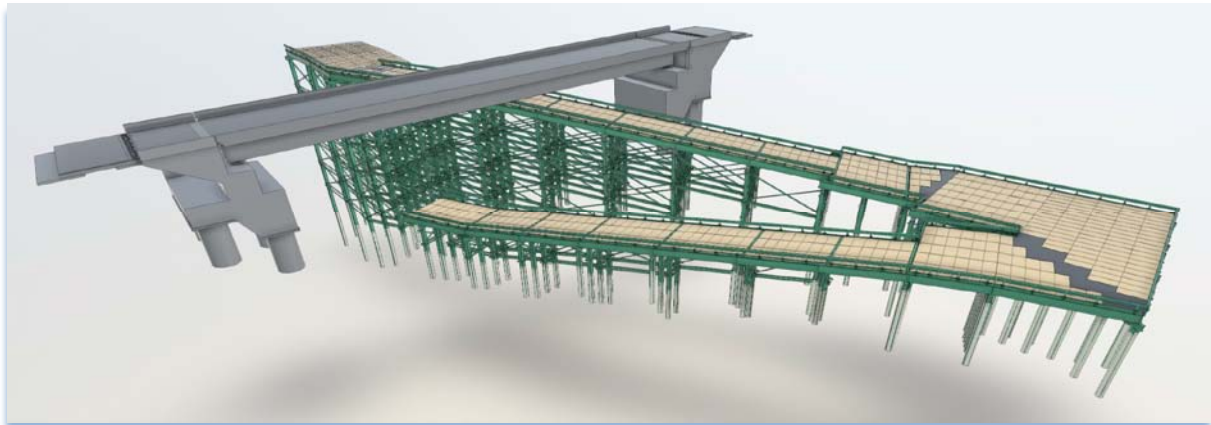
## 着手前



## 施工範囲



## 完成イメージ



神稲建設株式会社

本社 飯田市主税町18番地

TEL 0265-59-7011

FAX 0265-59-7044

現場担当者

現場代理人 片桐 巧

監理技術者 仲田 俊司

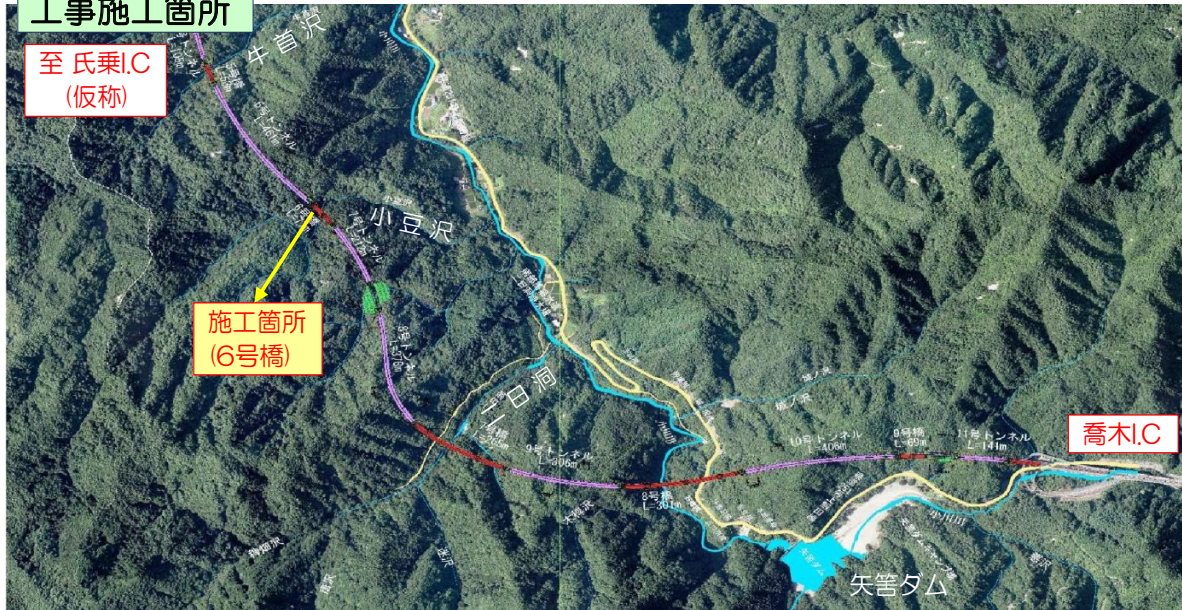


# 令和3年度 三遠南信小豆沢工事用道路建設工事

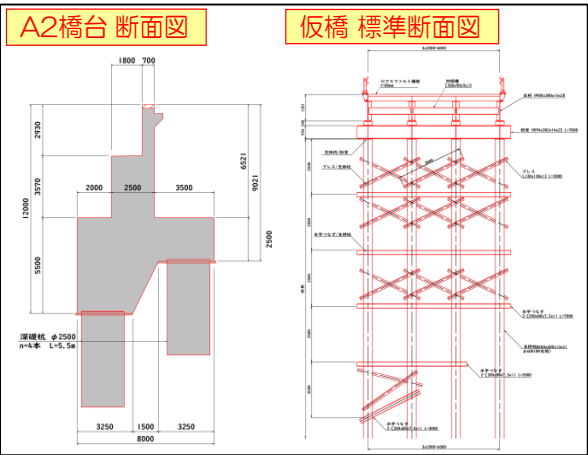
この度、『令和3年度 三遠南信小豆沢工事用道路建設工事』を施工することになりました、株式会社ヤマウラです。本工事は、氏乗IC(仮称)～喬木IC 区間の小豆沢を渡河する橋の橋台とこれに伴う工事用道路(仮橋)工事です。

工事期間中、周辺地域の皆様にはご迷惑をお掛けしますが、安全・環境に配慮し、一日でも早く完成できるように工事を行いますので、ご理解とご協力を宜しくお願い致します。

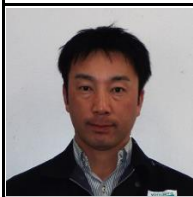
## 工事施工箇所



## 完成イメージ図



現場代理人・監理技術者  
小泉 隆幸



工事概要 工事延長  
道路土工  
擁壁工  
橋台工  
橋梁現場塗装工  
仮設工

L=100m  
1 式  
1 式  
1 式  
1 式  
1 式

お気付きの点がありましたら  
下記までご連絡ください。

創業大正9年  
おかげさまで  
一世 Yamaura

株式会社ヤマウラ  
現場代理人・監理技術者 小泉 隆幸

【本 社】 駒ヶ根市北町22-1  
TEL 0265-82-4812



# 令和3年度 三遠南信矢筈工事用道路建設工事

## 工事のご挨拶

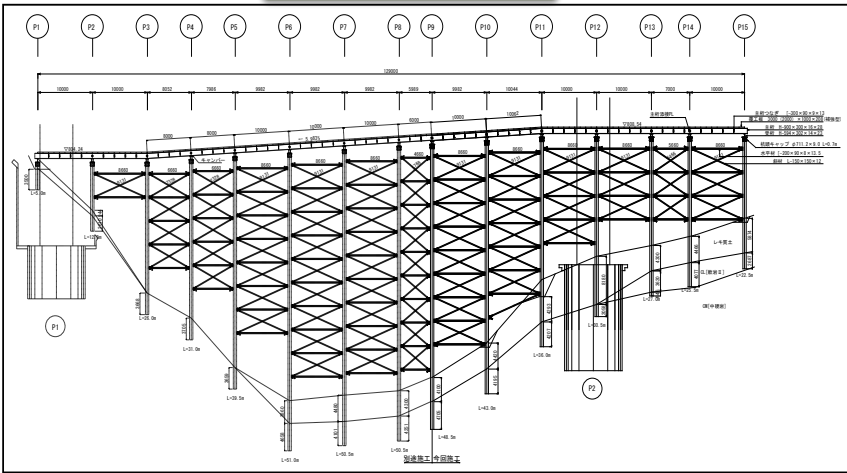
この度、「令和3年度 三遠南信矢筈工事用道路建設工事」を施工する事となりました株式会社早野組です。昨年に引き続き、橋を架けるための工事用道路と県道251号線（県道上飯田線）の迂回路をつくる工事を行います。

工事期間中は、県道上飯田線の規制に伴い、周辺地域の皆様にはご迷惑をお掛けすることとなりますが、安全・環境には細心の注意を払い工事を進めてまいりますのでご理解、ご協力をお願い致します。

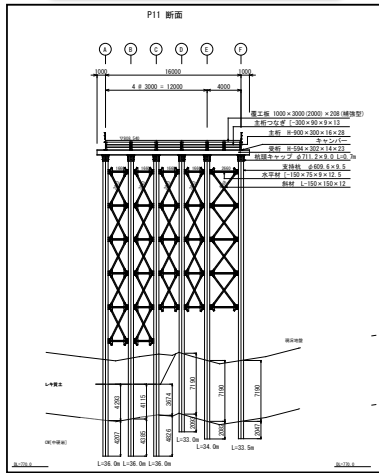
## 《全体図》



## 《標準側面図》



## 《標準横断面図》



真心と確かな技術  
**株式会社 早野組**  
 環境への想いをかたちに

【中部支店】 飯田市上郷飯沼1438-1 ダン・イナガキ1F  
 【TEL】 0265-22-3969  
 【FAX】 0265-52-2171  
 【現場担当者】 現場代理人：熊谷雄司  
 監理技術者：細田和也

# 令和3年度 三遠南信樽沢道路建設工事

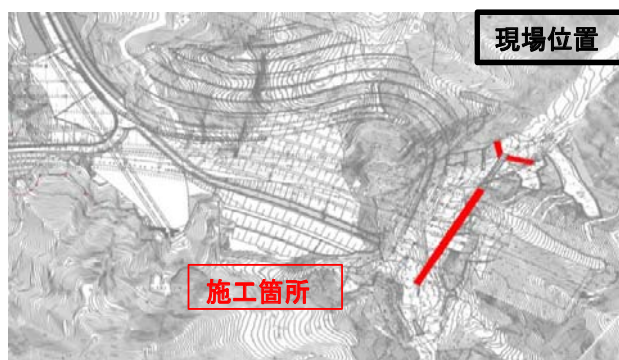
## 工事着手のご挨拶

この度「令和3年度 三遠南信樽沢道路建設工事」を施工することになりました  
矢作建設工業株式会社です。

工事に際しましては、安全の確保に十分な対策をたて、高品質な施工を心がけて  
進めて参ります。工事期間中、工事用車両の通行等大変ご迷惑をお掛け致します  
が、ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

工事期間: 令和4年3月16日～令和5年2月28日

工事内容: 道路土工 1式      擁壁工 1式  
カルバート工 1式      仮設工1式



### 矢作建設工業株式会社

【本社】

〒461-0004

愛知県名古屋市東区葵三丁目19番7号

TEL: 052-935-2351

【現場事務所】

〒395-1104

長野県下伊那郡喬木村氏乗10401-2

TEL: 0265-48-0620

現場代理人: 鵜飼 大暉

監理技術者: 原田 英男



# 令和3年度 三遠南信6号橋下部工事

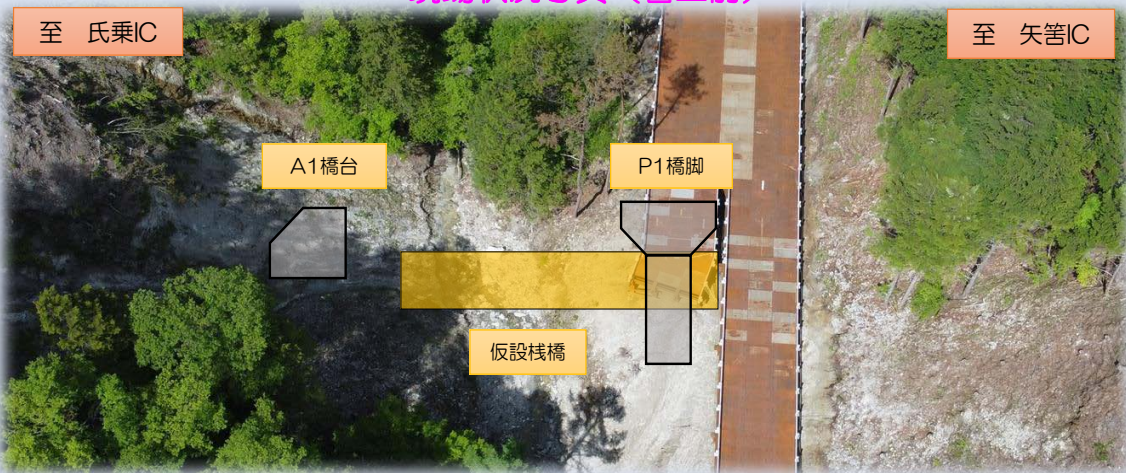


## ご挨拶

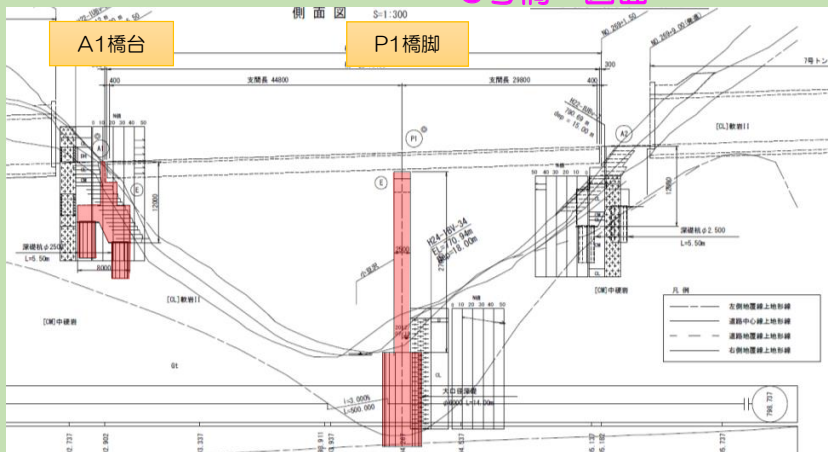
皆様、はじめまして。現場代理人を務めます「吉川建設(株) きたはら」と申します。  
 この度令和4年3月から、三遠南信6号橋下部工事（小豆沢工区）を吉川建設(株)で  
 担当することになりました。主な工事内容は、橋脚1基・橋台1基・仮設栈橋1式の  
 施工を行います。

施工に伴い材料や残土の搬入出があり、沿道の皆様にはいつも多大なご協力を頂き、  
 ありがとうございます。私達も安全第一で工事の完成に尽力して参りますので、  
 どうかご協力を賜りますよう、伏してお願い申し上げます。

## 現場状況写真（着工前）



## 6号橋 図面



### 工事概要

- 6号橋 橋長 76m
- 道路土工 1式
- 擁壁工 1式
- 橋台工 1式
- 橋脚工 1式
- 橋梁塗装工 1式
- 仮設栈橋工 1式
- 仮設土留工 1式

**吉川建設株式会社**

現場代理人  
 監理技術者 北原 慎也

現場技術員  
 林 凌輔

【飯田支店】

飯田市鼎切石5101-1  
 TEL 0265-23-0245

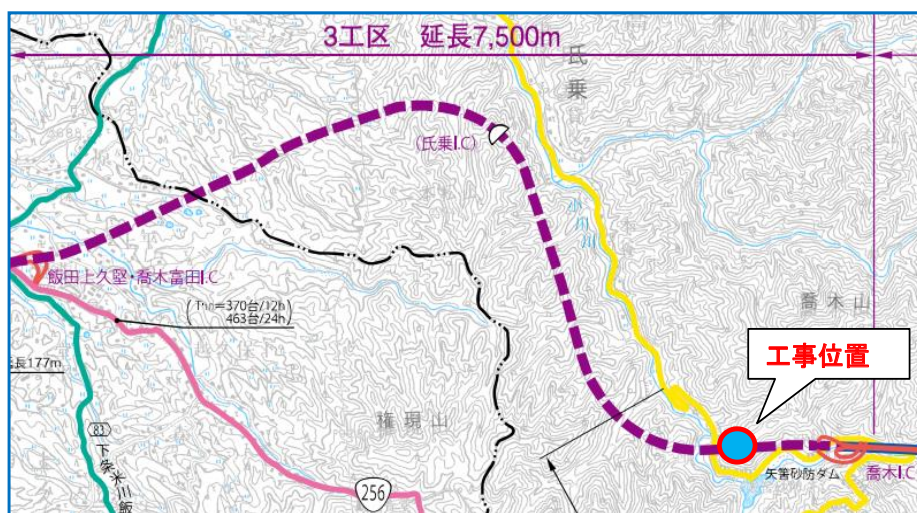
【現場事務所】

喬木村氏乗11376-1  
 TEL 0265-48-6127

# 令和3年度 三遠南信8号橋下部工事

このたび『令和3年度 三遠南信8号橋下部工事』を施工することになりました若築建設株式会社です。【安全な施工と現場環境】【地域環境に配慮した工事の運営】【高品質な構造物】を心掛けて工事に取り組みます。ご理解とご協力のほど、宜しくお願い致します。

『工事内容』  
三遠南信自動車道の一部を構成する飯喬道路の橋脚を1基(P3橋脚)作ります。



豊かな未来へ 技術のメッセージ

## 若築建設

【名古屋支店】愛知県名古屋市中区錦1-11-20  
TEL 052-201-5321 FAX 052-204-1597

【現場担当者】  
現場代理人: 岩崎 真介

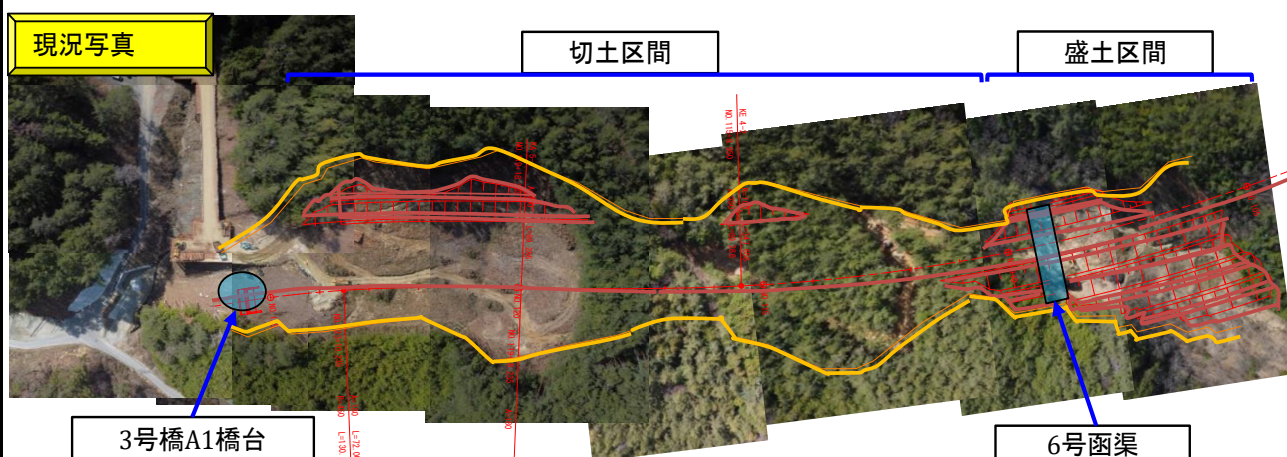
監理技術者: 岩崎 真介(兼務)



# 令和3年度 三遠南信富田道路建設工事

## 工事着手のご挨拶

この度、『令和3年度 三遠南信富田道路建設工事』を施工することになりました吉川建設株式会社です。  
主な工事内容は、山の掘削をする工事と、橋台を作成する工事、掘削土を盛土する工事を行います。  
工事期間中には、工事関係車両等の通行により、地域の皆様にご迷惑をお掛けしますが安全に配慮し工事を進めてまいりますのでご理解、ご協力の程宜しくお願い致します。



吉川建設株式会社

本社

飯田市松尾町2-25丁目  
TEL 0265-22-2400

現場事務所

下伊那郡喬木村12633-1  
TEL 0265-48-5938

現場代理人・監理技術者 宮城 佳永

現場員 菅沼 正明

今村 真也



# 令和3年度 三遠南信飯喬道路整備工事

## 工事着手のご挨拶

この度、『令和3年度 三遠南信飯喬道路整備工事』の施工をすることになりました長豊建設株式会社です。

現場が点在しており、氏乗地区の橋台下部工事、大和知地区の盛土工事、川路地区の法面改修工事を行います。

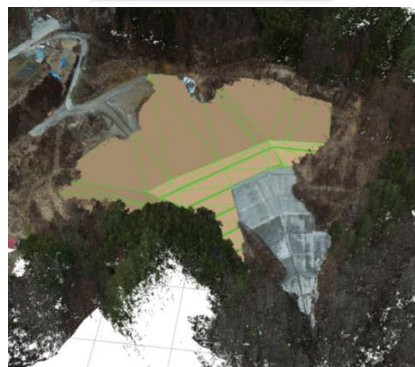
工事期間中は工事車両の通行等により地域の皆様方には大変ご迷惑をお掛けしますが、安全第一にて作業を進めて参りますので、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。



氏乗地区

大和知地区

川路地区



 **長豊建設株式会社**

[本社] 飯田市座光寺5558-1

[電話] 0265-52-1616

『現場事務所』

TEL・FAX兼用 050-5445-5761

『現場担当者』

現場代理人：塩澤 義幸

監理技術者：松下 和信





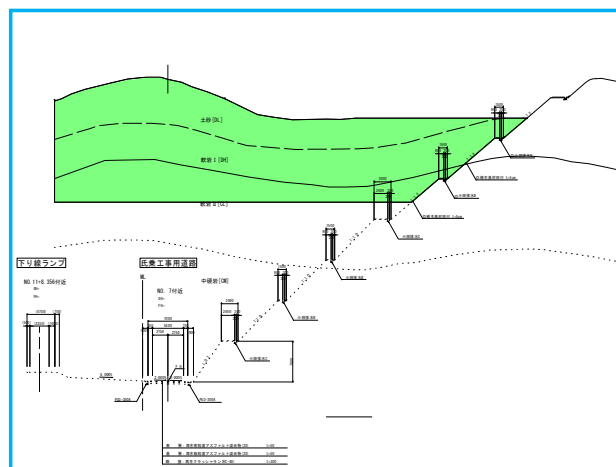
# 令和3年度 三遠南信雨沢道路建設工事

この度、令和3年度 三遠南信雨沢道路建設工事を施工することになりました木下建設株式会社です。本工事は(仮)氏乗IC内における、山の掘削工事、掘削した土砂の運搬工事になります。工事期間中は工事用車両の通行等で地域の皆様には大変ご迷惑をお掛けすることになりますが、安全第一で工事を行いますので、皆様のご理解とご協力をよろしくお願い致します。



着工前状況

道路土工\_標準図



木下建設株式会社

【本 社】

飯田市松尾町1丁目22番地  
TEL0265-22-2780

【現場事務所】

長野県下伊那郡喬木村氏乗  
携帯080-7948-1817

【現場担当者】

現場代理人兼監理技術者  
牧野内 淳志

お気付きの点がありましたら  
左記までご連絡下さい。





# 令和2年度 三遠南信11号トンネル工事

令和2年度三遠南信11号トンネル工事を施工中の㈱不動テトラです。喬木ICから137mのトンネルを新設する工事を行っております。2021年9月下旬よりトンネル掘削を開始し、2022年2月に無事掘削が完了いたしました。現在、起点側の坑門工の施工中で工事全体の93%完了しております。安全最優先を心掛けて工事をおこないますので、ご理解とご協力をお願い致します。

## 【平面図・施工範囲】



【11号トンネル坑口部】



【トンネル坑内状況】



## 株式会社不動テトラ

【中部支店】愛知県名古屋市中区栄5丁目27番14号  
TEL：052-261-5131 FAX：052-263-4564

【現場事務所】三遠南信11号トンネル工事作業所  
長野県下伊那郡喬木村氏乗11324-7  
TEL：0265-49-3190 FAX：0265-49-3191

【現場担当者】

現場代理人 池田 晋

監理技術者 本田 真浩

# 令和3年度 三遠南信小嵐南道路建設工事

## 工事着手のご挨拶

ジオテキスタイルによる盛土を行います



施工箇所

Image Landsat / Copernicus  
Data SIO, NOAA, U.S. Navy, NGA, GEBCO  
Data Japan Hydrographic Association



令和3年度 三遠南信小嵐南道路建設工事を施工致します  
小池建設株式会社です。安全第一で作業致しますので  
皆様のご理解ご協力よろしくお願ひします。

現場代理人・監理技術者 塚田健二

**KOIKE** 小池建設株式会社  
Civil Engineering

現場事務所TEL 0260-31-0181



# 令和3年度 三遠南信小嵐北道路建設工事

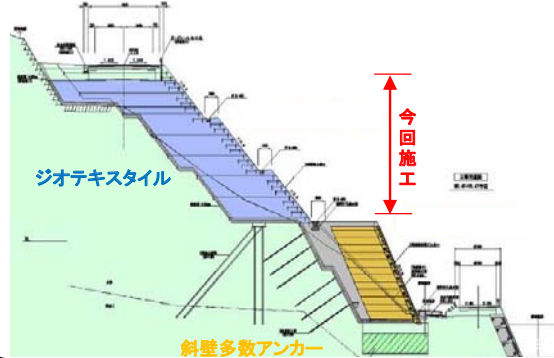
## 工事着手のご挨拶

この度、『令和3年度 三遠南信小嵐北道路建設工事』を受注致しました、神稲建設株式会社です。  
 今回の工事では、青崩峠道路工区における三遠南信道の道路新設工事であり、飯田市南信濃八重河内  
 地先において、補強土壁工(ジオテキスタイル)を主とした施工を行います。  
 工事期間中におきましては、近隣住民の方にはご迷惑をおかけしますが、安全第一・環境保全・一般者に  
 配慮した施工を行ってまいりますので、ご理解、ご協力のほど宜しくお願い致します。

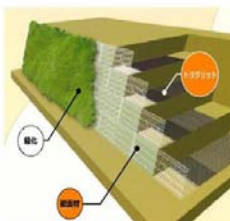
## 位置図



## 標準横断面図



## ジオテキスタイル工法



ジオテキスタイルは盛土内に敷設したジオグリッド・ジオネット等の補強材と盛土した土砂との間の摩擦抵抗によって、盛土の安定度を補う構造となります。標準法面より急な盛土や擁壁構造等とした土工構造物です。



ご協力よろしく申し上げます

### 現場担当者

現場代理人：市原 滉基

監理技術者：竹下 博樹

TEL 0265-59-7011

### 工事施工内容

道路土工 1式 地盤改良工 1式

擁壁工 1式 排水構造物工 1式

工期：令和4年 4月 15日 ~ 令和5年 2月 28日

大地、そして人、未来を語り今を創る

KUMASHIRO



くましる  
**神稲建設株式会社**

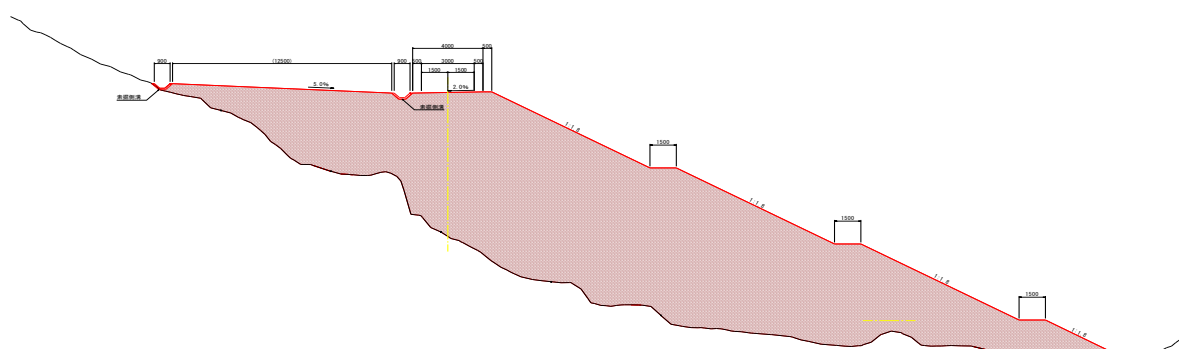
# 令和3年度 三遠南信飯田国道管内道路整備工事

この度、『令和3年度三遠南信飯田国道管内道路整備工事』を施工することになりました勝間田建設株式会社です。

工事期間中、工事用車両の通行等で地域の皆様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



標準断面図



工事期間： 令和 4年 4月 1日 ~ 令和 5年 2月 28日  
工事内容： 道路土工 1式、法面工 1式、舗装工 1式、排水構造物工 1式、  
構造物撤去工 1式、仮設工 1式



勝間田建設株式会社

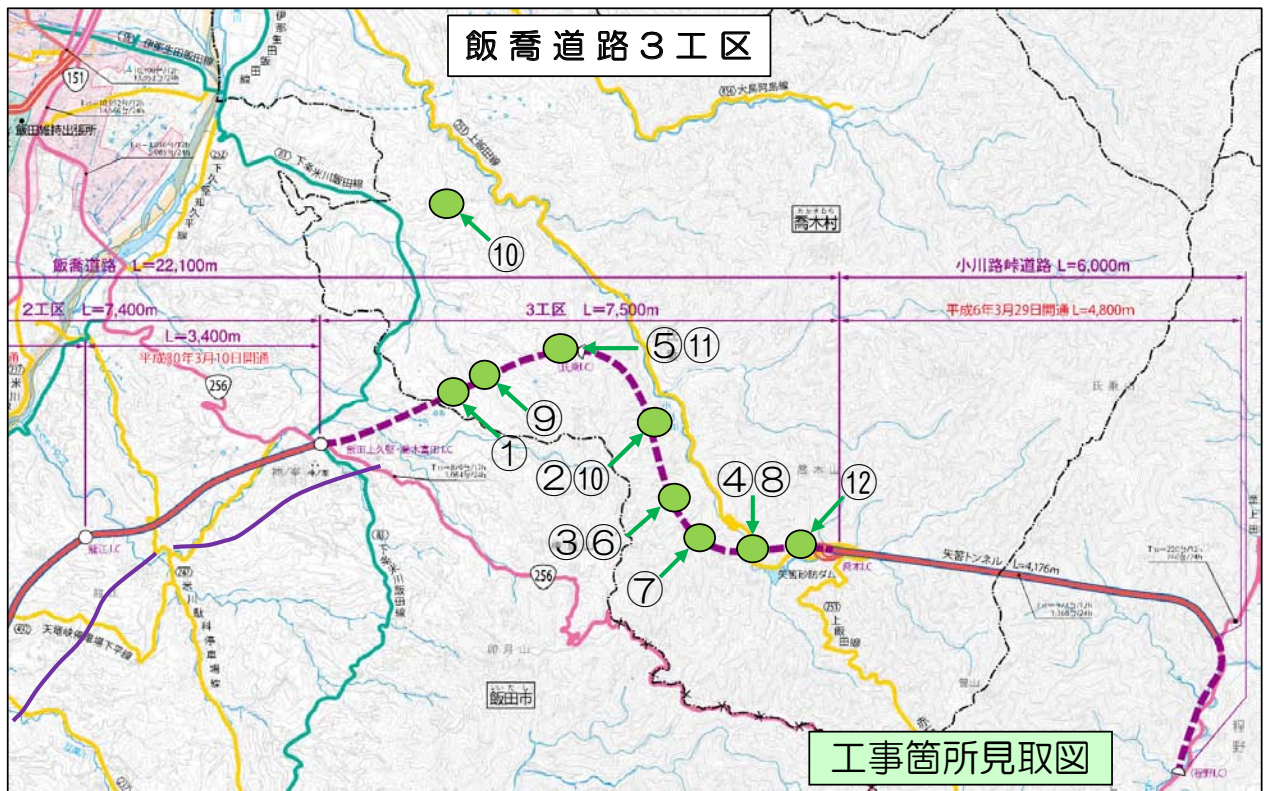
現場事務所

TEL 0260-31-0508

現場代理人 ・ 城田 翔司

監理技術者 ・ 館松 司



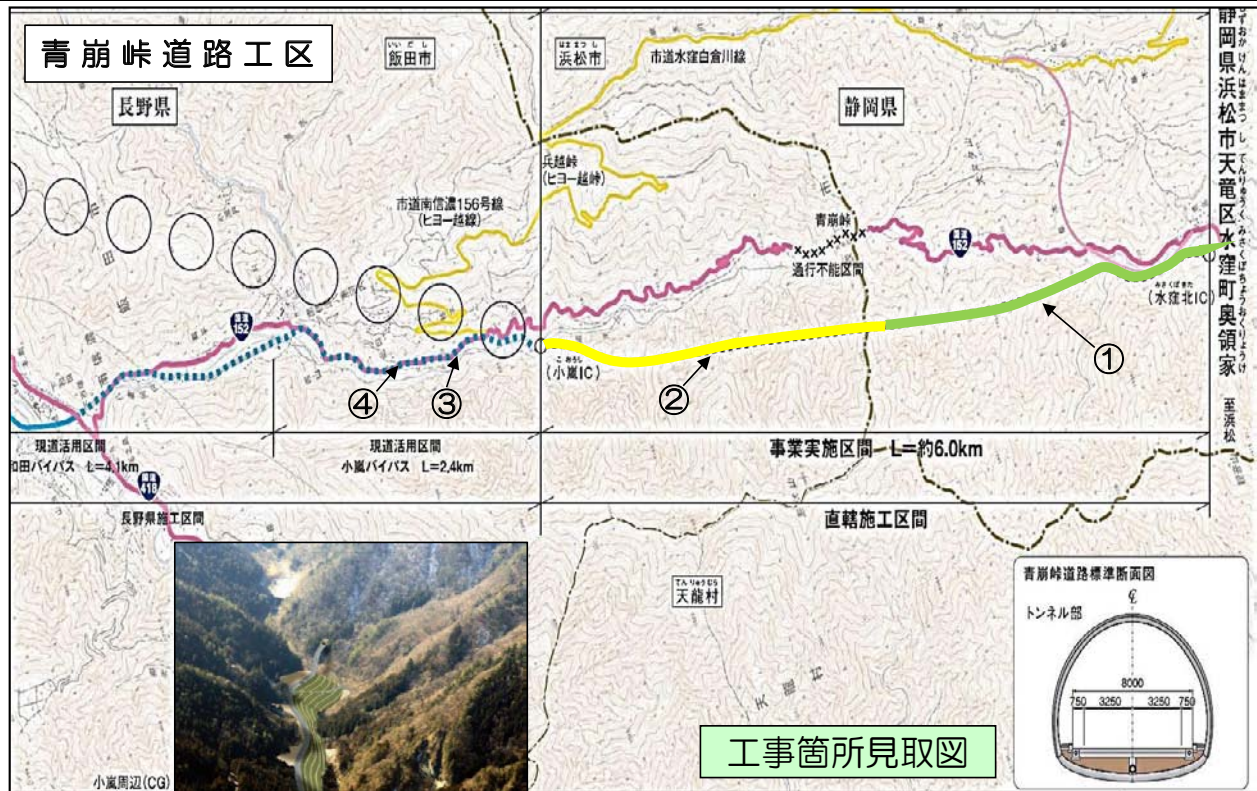


マーク番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：5月末
①	令和2年度 三遠南信 富田2号橋下部工事	北沢建設(株)	R3.3.23 ~ R4.11.25	23.0 %
②	令和3年度 三遠南信 牛首沢道路建設工事	神稲建設(株)	R4.3.31 ~ R5.3.17	0.2 %
③	令和3年度 三遠南信 小豆沢工事用道路建設工事	(株)ヤマウラ	R4.3.31 ~ R5.3.17	0.0 %
④	令和3年度 三遠南信 矢筈工事用道路建設工事	(株)早野組	R4.3.7 ~ R5.3.17	0.9 %
⑤	令和3年度 三遠南信 樽沢道路建設工事	矢作建設工業(株)	R4.3.16 ~ R5.2.28	0.2 %
⑥	令和3年度 三遠南信 6号橋下部工事	吉川建設(株)	R4.3.14 ~ R5.3.17	0.0 %
⑦	令和3年度 三遠南信 7号橋下部工事	東急建設(株)	R3.11.24 ~ R5.3.24	4.9 %
⑧	令和3年度 三遠南信 8号橋下部工事	若築建設(株)	R4.3.17 ~ R5.3.17	0.0 %
⑨	令和3年度 三遠南信 富田道路建設工事	吉川建設(株)	R4.4.15 ~ R5.2.28	0.0 %
⑩	令和3年度 三遠南信 飯喬道路整備工事	長豊建設(株)	R4.4.1 ~ R5.2.28	1.0 %
⑪	令和3年度 三遠南信 雨沢道路建設工事	木下建設(株)	R4.4.15 ~ R5.3.17	1.4 %
⑫	令和2年度 三遠南信 11号トンネル工事	(株)不動テトラ	R3.2.16 ~ R4.7.25	93.0 %



三遠南信工事連絡協議会飯喬道路支部で、左記の看板を作成しました。この看板には、地籍名と地籍ごとに分けた食材（主にフルーツ）の絵が書かれています。Aの上久堅入口からHの矢筈入口まで計8箇所あり、道路沿線の現場入り口に設置し、各現場の場所をわかりやすくしました。

A：上久堅		E：牛首沢	
B：小手沢・大入沢		F：小豆沢	
C：くるみ沢		G：二日洞	
D：雨沢		H：矢筈	



番号	工事名	担当業者	工期	進捗率：5月末
①	平成30年度 三遠南信 池島トンネル本坑工事	(株)安藤・間	H30. 8.10 ~ R5. 3.24	84.5 %
②	平成30年度 三遠南信 小嵐トンネル本坑工事	五洋建設(株)	H30. 8. 9 ~ R5. 3.24	69.0 %
③	令和3年度 三遠南信 小嵐南道路建設工事	小池建設(株)	R4. 4.15 ~ R5. 2.28	0.0 %
④	令和3年度 三遠南信 小嵐北道路建設工事	神稲建設(株)	R4. 4.15 ~ R5. 2.28	2.4 %
⑤	令和3年度 三遠南信 飯田国道管内道路整備工事	勝間田建設(株)	R4. 4. 1 ~ R5. 2.28	0.0 %

【連絡先】

☆ 飯喬道路3工区

北沢建設(株) 三遠南信 富田2号橋下部工事作業所内  
 令和4年度 三遠南信工事連絡協議会  
 飯喬道路支部  
 TEL 0265-23-0072 FAX 0265-23-0940  
 E-mail : miyashitak@kitazawakensetsu.co.jp

☆ 青崩峠道路工区

五洋建設(株) 三遠南信 小嵐トンネル本坑工事作業所内  
 令和4年度 三遠南信工事連絡協議会  
 青崩峠道路支部  
 TEL 0260-31-0511 FAX 0260-31-0512  
 E-mail : hidekazu.aoki@mail.penta-ocean.co.jp

