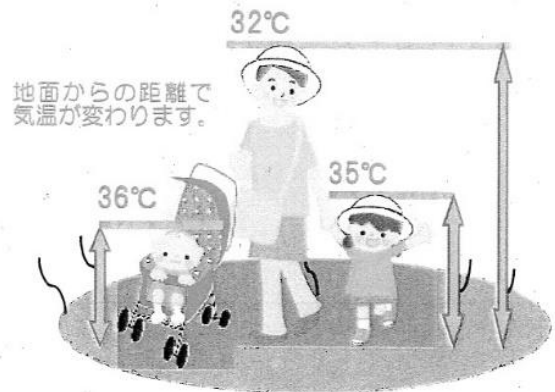


子どもの熱中症予防

幼児は特に注意

- ☆体温調節機能が十分発達していません。
- ☆晴れた日は、地面に近いほど気温が高くなり、幼児は大人以上に暑い環境にいます。
- ☆自分の体調をうまく表現できません。



※自分の体調をうまく表現できないので、「しんどい」、「頭が痛い」などの訴えを見逃さないようご注意ください。

こんな日は特に注意

- ＊ 気温が高い
- ＊ 湿度が高い
- ＊ 風が弱い
- ＊ 急に暑くなった



車内に注意

炎天下の車内では急激に温度が上がります。わずかな時間でも子どもだけを車内に残さないようにしてください。



子どもの熱中症を防ぐポイント



子どもを十分に観察してください！

顔が赤く、ひどく汗をかいている時は、休憩を取るようになしてください。



◎ 適切な服装を選ぼう！

吸湿性、通気性の良い服装を選んであげ、必要に応じて脱ぎ着するよう指導してください。

◎ こまめに水分を補給しよう！



◎ 日頃から暑さに慣れさせよう！

体が暑さに慣れていない時期に、急に暑くなると熱中症になりやすくなります。日頃から適度に外遊びをさせ、徐々に暑さに慣れるようにしてください。急に暑くなった時は運動を軽くします。

