

こどもの熱中症にご注意ください！

こどもの熱中症のサイン

- ・いつもと様子がちがう、元気がない、異様に疲れている
- ・身体が熱い
- ・暑いはずなのに汗をかいていない(赤ちゃんの場合おしっこが出ていない)
- ・気持ち悪い、頭がいたい、ふらふらするなどの訴え
- ・乳児の場合、普段と泣き声がちがう

対策

- ・水分を多めに取ろう
- ・熱や日差しから守ろう
- ・暑い環境に置き去りにしないようにしよう
- ・室内あそびも油断しないようにしよう
- ・周りの大人が気かけよう
- ・外で夢中になりすぎない

