

あさか環境かるた



水分補給
すいぶんほぎゅう

早めの対策
はやたいさく

ね

熱中症

ねっちゅうしょう

気温が高い、湿度が高い、風が弱いなどの環境がそろくと熱中症を引き起こす要因となります。そして、特に高齢者や乳幼児、糖尿病など基礎疾患の持病がある方は汗が出ない、皮膚から逃げる熱が少ないなどの条件で熱中症を起こしやすいといわれています。

のどが乾く前に、こまめに水分・塩分補給、日傘・帽子やエアコンを活用するなど、熱中症対策を心がけましょう。



©朝霞市ほぼたん

埼玉県朝霞市