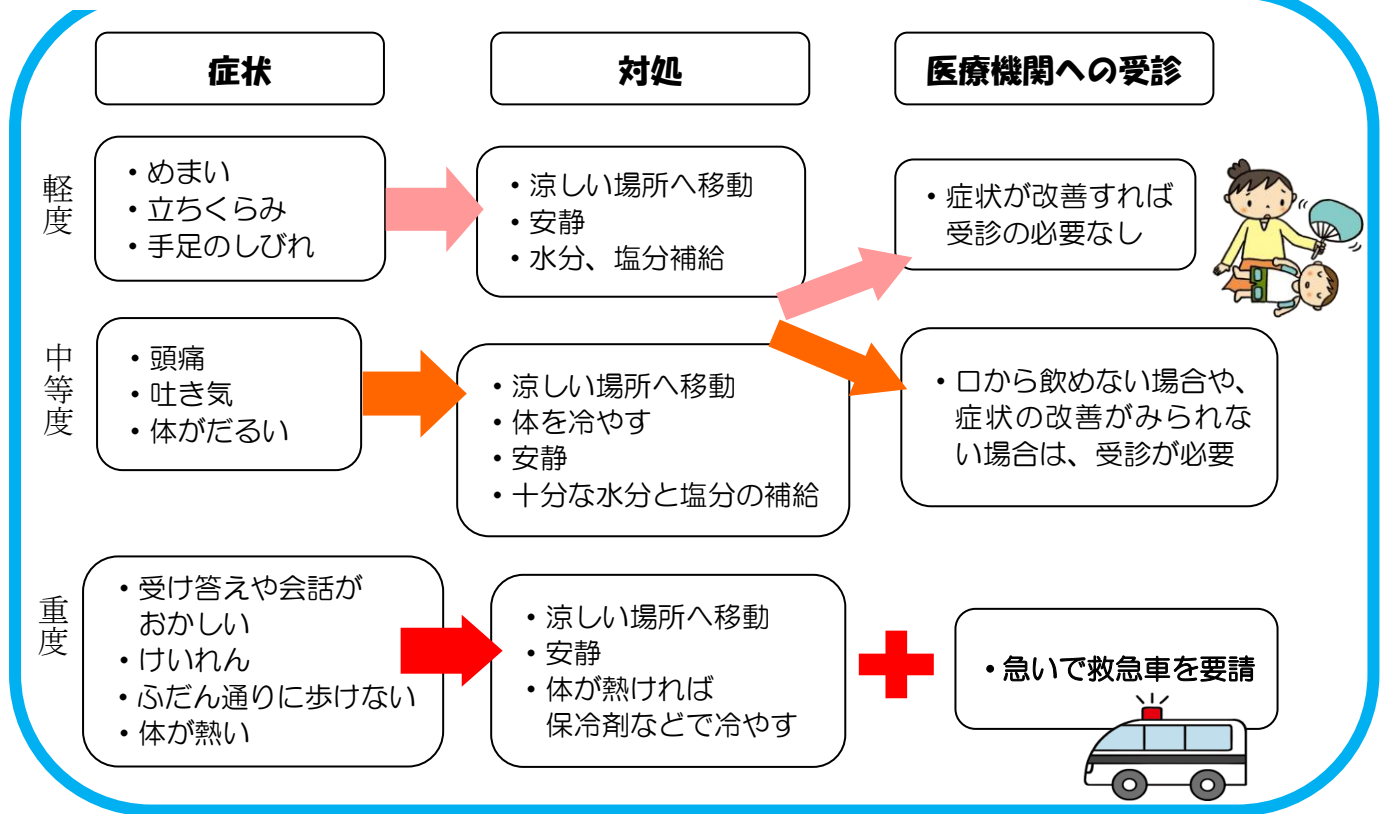




今年の例年になく猛暑が続いています。熱中症のために搬送されたり中には亡くられる方もいます。今回は、消防庁が出している熱中症についてのお話です。



熱中症の分類と対処方法 (消防庁による)



子どもの特徴

地面の照り返しにより、高い温度にさらされやすい



汗腺などが未熟

体温調節機能が未熟なため、熱中症にかかりやすい

保護者の方へ

- お子さんの顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう！
- のどが渇きに応じて水分補給や休憩をとらせましょう！
- 日頃から外遊びをさせて、暑さに慣れさせましょう！
- 外出時は熱のこもりやすい服を避けて、帽子をかぶりましょう！

子どもは、新陳代謝が活発で汗や尿から出て行く水分量が多く脱水になりやすいのと同時に、自分で判断して水分補給ができません。せめて15分から20分に一度は、水分補給をさせましょう。

日中の気温が高くなる（10時～14時）は、熱中症予防のために、できるだけ戸外での活動は控えましょう。