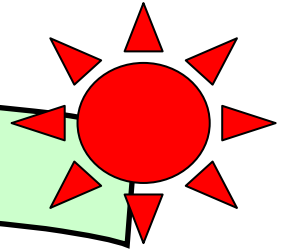


# 熱中症にご注意ください



## ○熱中症は予防が大切です！！

熱中症は気温などの環境条件だけではなく、人間の体調や暑さに対する慣れなども影響して起こります。水分をこまめにとるなど、十分注意しましょう。

### ★こんな日は熱中症に注意

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

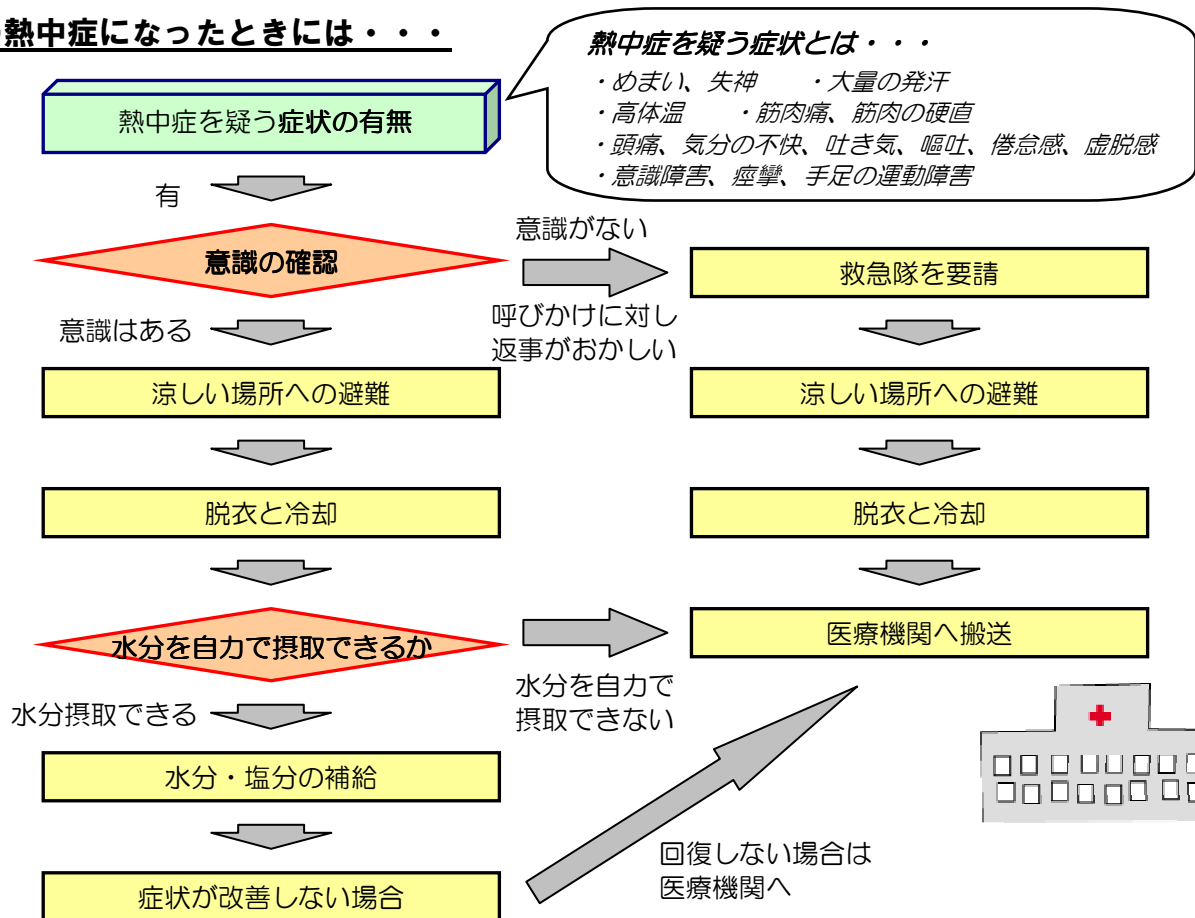
### ★こんな人は特に注意

- ・ 高齢者、乳幼児
- ・ 肥満の人
- ・ 体調の悪い人
- ・ 持病のある人
- ・ 暑さに慣れていない人

### ★熱中症の予防法は？

- ・ 日傘をさす、帽子をかぶる
- ・ 涼しい服装
- ・ 日陰を利用する
- ・ 水分をこまめにとる
- ・ こまめに休憩する

## ○熱中症になったときには・・・



## ○詳しくはこちらをご覧ください

・ 環境省 熱中症情報に関するホームページ <http://www.wbgt.env.go.jp/>