



熱中症に注意してください！

暑い毎日が続いています

朝のお子さんの様子をよく見てください



朝からこのような様子があれば、必ず担任にお知らせください

- 食欲がない
- 疲れている
- 夜あまり眠れていない
- 顔色が悪い
- 元気がない、またはぐずる
- 体調がすぐれない



熱中症予防のため
毎日の生活に
気をつけましょう

- 早寝、早起きを心がけましょう
- 朝の水分補給、朝ごはんを食べましょう
- のどが渴いていなくても、外出前後に必ず水分を取りましょう
途中でもこまめに水分を取りましょう



外遊びや外出するときには注意しましょう！

～乳幼児は大人より3～4℃高い環境にいます～

地面に近いほど気温は高くなります

(通常気温は150cmの高さで測定しています)

気温が32℃だったときには、幼児の身長50cmの高さでは35℃を越え、また、さらに地面近くは36℃以上になっています。

大人が暑いと感じるときは、子どもは相当な暑さを感じています。

(環境省：熱中症環境保健マニュアル2014)

