



熱中症に つぎ注意を!



熱中症とは?

温度や湿度が高い中で、体内の水分や塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、ひどいときには、けいれんや意識の異常など、様々な障害をおこす症状のことです。



リーフレット(PDF)



厚生労働省 **熱中症対策**

総務省消防庁 **熱中症対策**

熱中症は 予防が大切



夏に向けて、熱中症になる人が増えてきます。

熱中症を知って、しっかり予防し、楽しい夏を過ごしましょう!