

## 子供の特徴

地面の照り返しにより、高い温度にさらされる



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

- 👉 お子さんの様子を十分に観察しましょう！
- 👉 遊びの最中には、水分補給や休憩を！
- 👉 外出時の服装に注意し、帽子も忘れずに！
- 👉 日頃から栄養バランスのとれた食事や運動、遊びを通して暑さに負けない体づくりを実践しましょう！