



# 子どものための熱中症対策

子育て + プラス vol.28

子どもは、体温調節能力が十分に発達していないため、熱中症のリスクが高くなります。ご家族や周囲の方も注意しましょう。

## 熱中症を予防するために



### 服装を選びましょう!

- 暑さに応じて着脱できる衣服や風通しのよい服装を選ぶ。
- 外出時はなるべく日陰を歩き、帽子をかぶる。

### いつも以上に、小まめな水分補給をしましょう!

- 屋内でも屋外でも喉の渇きを感じる前に水分を補給するように促す。



### 初期症状を早く見つけましょう!

- 初期症状(顔が赤い、大量の汗をかいている)が見られたら、すぐに水分を補給し、涼しい環境で十分に休息させる。



### 日頃から暑さに慣れさせましょう!

- 日頃から適度に外遊びし、体を暑さに慣れさせる。(暑熱順化)



熱中症警戒アラート発表時はなるべく外出を控えましょう!

- 「熱中症警戒アラート」については、環境省のLINE公式アカウントで確認できます。



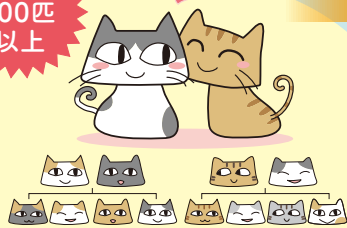
☎ 県健康推進課 ☎ 0742-27-8662 FAX 0742-22-5510

## 外で暮らす猫について考えてみましょう!

～人と猫が幸せに暮らすために～

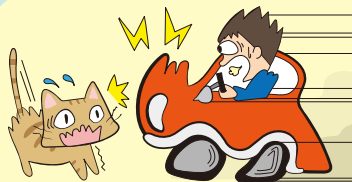
奈良手帳 vol.72

2年で100匹以上

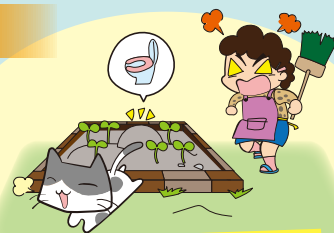


数が増えます

エサをあげているだけだと...



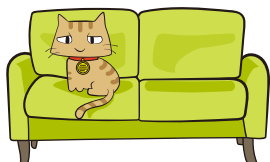
危険がいっぱいです



地域の迷惑猫になってしまいます

### みんなが幸せに暮らす3つの責任

- 1 屋内で最後まで飼いましょう
- 2 子どもができないようにする手術をしましょう
- 3 迷子札・マイクロチップをつけましょう



地域でルールを決めて、「地域住民の同意のもと、地域猫として一代限り見守る」

このような方法もあります

- 繁殖制限手術の実施  
手術後の猫には「しるし」をつける
- 場所と時間を決めたエサやり  
食べ残しやエサ場は清掃する
- トイレの設置と清掃  
決まった場所に設置し清掃する



☎ 県消費・生活安全課 ☎ 0742-27-8675 FAX 0742-22-0300