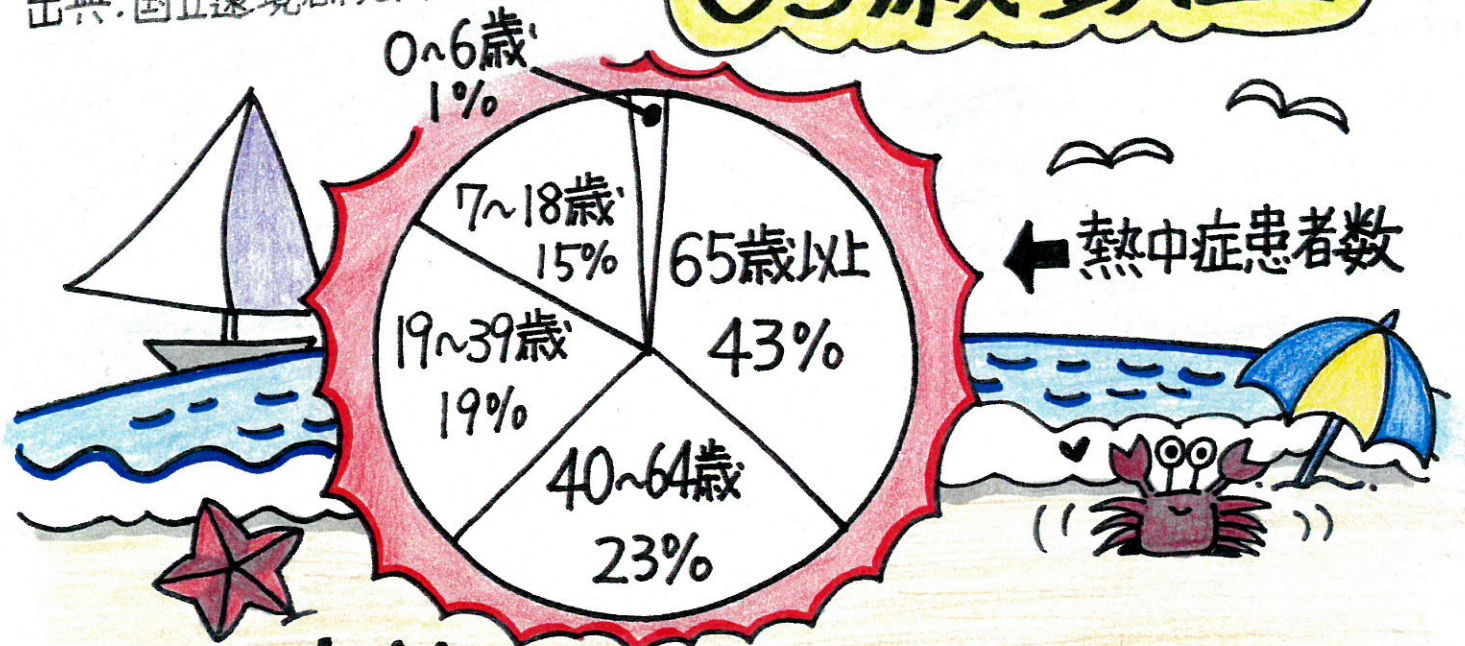


# 熱中症がもっとも多のは 65歳以上

出典: 国立環境研究所



## どうして高齢になるほど熱中症になりやすいの？

暑さを感じにくくなる	水分が不足がち	汗をあまりかかなくなる
気づかないうちに 高体温になりやすい	脱水症状に なりやすい	熱がたまりやすい

### 衣・食・住で熱中症予防を!!

- ① 衣 涼い服装をしましょう!
- ② 食 しっかり食事をとりましょう!
- ③ 住 エアコンなどを上手に使いましょう!