

元気に夏を楽しむために

～熱中症と水の事故からお子さんを守る～

夏は、熱中症や水の事故が起こりやすい季節です。

こまめな水分補給や体調の変化への気づき、遊び方の工夫が、安全につながります。

お子さんが元気に夏を過ごせるよう、ご家庭でもあたたかく見守っていただければ幸いです。

熱中症を防ぐために

気温や湿度が高くなる夏は、子どもが熱中症になりやすい環境です。

自分の体調変化に気づきにくいお子さんも多いため、周りの大人の気づきや声かけがとても重要です。



喉が渇く前にこまめに水分補給をさせ体調の変化に早めに気づく



暑い日はできる限り室内や日陰で過ごし外出するときは帽子と飲み物を持たせる



「熱中症警戒アラート」が出ている日は外遊びを控える

水遊びの事故を防ぐために

夏は水にふれる機会が増えますが、少しの水でも事故につながるおそれがあります。

とくに小さなお子さんは、急な行動や体調の変化に気づきにくいので、まわりの大人の見守りや声かけがとても大切です。



発熱やだるさがないか
肌に赤み・かゆみ・湿疹などが
出ていないかをよく確認する



少量の水でも事故の危険があるため
大人がすぐそばで目を離さずに見守る



川や海など水が深い場所では
ライフジャケットを身に付ける

出典

こども家庭庁 教育・保育施設等におけるプール活動・水遊びの事故防止 及び熱中症事故の防止について

<https://x.gd/t4qTN>

こども家庭庁 みんなで見守り「こどもの熱中症」を防ぎましょう！ <https://x.gd/p86Rp>

公益財団法人 日本ライフセービング協会 守ろう！いのち 学び合おう！水辺の安全 Swim & Survive

<https://x.gd/NLgTl>