



## 夏の準備、できていますか？



本格的な暑さが始まりました。熱中症が心配な季節なので、暑い時間帯のお散歩は控え、早朝や日が沈んで涼しくなった時間帯を選びましょう。水分補給もこまめにできるように、お出かけの際は飲み水を多めに携帯すると安心です。室内でもエアコンを上手に活用し、大切な家族が快適に過ごせるよう環境を整えてあげてくださいね。



## 熱中症にご注意



室内でも熱中症の危険があります。エアコンを上手に活用するのはもちろん、ひんやり快適に過ごせる冷感ベッドやアルミプレートなどのグッズも取り入れて、快適な室温・湿度をキープしてあげましょう。

ハアハアが止まらない、ぐったりするなどの症状にはすぐ対応を。

