

熱中症になりやすい人

当てはまるものにをつけましょう

- 暑さに体が慣れていない and/or 汗をかきにくい
- 寝不足や疲れなどで体調が悪い
- 二日酔い(深酒)や下痢をしている
- 持病がある
- 朝食をとらない習慣がある
- 筋肉量が多い
- 筋肉量が少なすぎる
- 運動する習慣がない
- 肥満
- 子供・乳児