

# 熱中症の応急手当

- 涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静に寝かせる
- エアコンをつける、扇風機・うちわなどで風邪をあて、体を冷やす
- 体を冷やすためには、体表近くの血管を冷やすのが効果的です



拡大



裏面



アルミバックの中身