

こまめな 水分補給を 心がけましょう。



高齢者は、脱水状態になりやすい体です。
周囲の方は、常に観察してあげることが大切になります。
汗をかいていなくても、
こまめな水分補給を心がけてください。

教えて!「かくれ脱水」委員会

委員 秋山正子 株式会社ケアーズ 白十字訪問看護ステーション
代表取締役・統括所長 暮らしの保健室 室長

詳しい活動は公式サイトのかくれ脱水 JOURNAL をご覧ください。

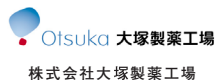
[かくれ脱水](#) [検索](#) www.kakuredassui.jp

STOP熱中症



教えて!
「かくれ脱水」委員会

<協力企業/団体>



3M



NPO法人 日本アロハ協会



NPO法人 日本医師ジョーグズ連盟



NPO法人 日本トレッキング協会



NPO法人 日本ライフセービング協会

