



では、今月のワークです。前ページで学んだことを確認し、ワークの穴埋めを行い、知識の定着を図りましょう！

## 第1問

- ・気温が高くなると汗の量が増え、体内の（ ① ）や塩分が不足することで（ ② ）を引き起こす可能性がある。
- ・体に（ ③ ）がこもり、うまく放出できない状態になると、（ ④ ）になる恐れもある。
- ・人が1日に必要な水分量は（ ⑤ ）である。
- ・必要な水分量の内訳は、食事から（ ⑥ ）、体内で作られる水(代謝水)が（ ⑦ ）、そして飲み水として必要な量が（ ⑧ ）である。

## 第2問

- ・防災備蓄として必要とされる水の量は1人あたり（ ⑨ ）である。
- ・国では人数分×（ ⑩ ）を備蓄することを推奨している。
- ・2Lのペットボトルを5本ストックすると約（ ⑪ ）の備蓄になる。
- ・保管場所を（ ⑫ ）に分けることで、リスクの分散につながる。

### 語群

※同じ単語を複数使います。

約3L      水分      3日分      熱中症      複数      約1L      約0.3L  
約1.2L      約2.5L      脱水症状      熱

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
| ① | ② | ③ | ④ | ⑤ | ⑥ |
|   |   |   |   |   |   |
| ⑦ | ⑧ | ⑨ | ⑩ | ⑪ | ⑫ |
|   |   |   |   |   |   |

7月号の回答はこちら

|       |       |     |     |      |     |
|-------|-------|-----|-----|------|-----|
| ①     | ②     | ③   | ④   | ⑤    | ⑥   |
| 少し    | 近い    | 備える | 食べる | 補充する | 一定量 |
| ⑦     | ⑧     | ⑨   | ⑩   | ⑪    | ⑫   |
| 普段の生活 | 少なくなる | 不安  | 栄養  | 離乳食  | 安心  |