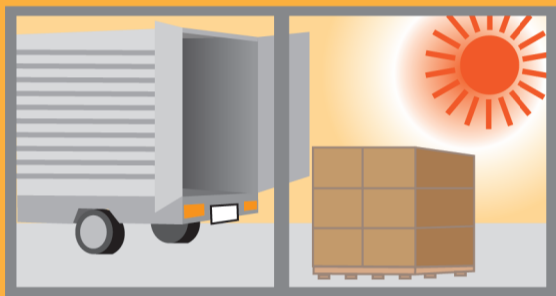


こまめな水分補給と
適度な塩分補給を
しましょう。



脱水症状を防ぐため、
体が冷えすぎない
ようにしましょう。



少しでも異常を
感じたら
熱中症を
疑いましょう。



熱中症に
気を付けましょう！

