

ね っ ち ゅ う し ょ う

熱中症に 気をつけましょう。

- ・こまめに水分と塩分を補給しましょう。
- ・野外活動や直射日光に気をつけましょう。
- ・エアコンや扇風機を上手に活用しましょう。

