

涼しく夏



熱中症はちょっとしたことで予防できます

- ・こまめに水分を補給しましょう
- ・外出時は帽子などを着用しましょう
- ・室温が高くなりすぎないように部屋の温度をこまめに注意しましょう

毎日暑い日が続いています
ちよつと涼んでいきませんか