

## 「新しい生活様式」における熱中症予防のポイント

- 暑さを避けましょう
- 適宜マスクをはずしましょう
- こまめに水分補給しましょう
- こまめに換気をしましょう
- 日頃から暑さに備えた体づくり・健康管理をしましょう