

# 熱中症に注意！



昨年

- ・熱中症患者の半数以上が高齢者
- ・約半数が屋内で発生

外出時

- ・日傘や帽子を使用
- ・こまめに休憩

屋内

扇風機やエアコンで  
温度調整

日頃から

喉が渇く前に  
水分補給

周囲の人にも気を配り、熱中症予防に努めましょう