

熱中症



今年も暑い夏
になりそうだ
エイ!

にならないために!!



合言葉は

「こえかけあおう」



こ



こまめな
水分補給

え



エアコンを
正しく使おう

か



風通しを
良くしよう

け



軽装で涼しく
過ごそう

あ



汗をかいたら
塩分も補給

お



お出かけは
涼しい時間に

う



うちの中でも
要注意

札幌市厚別区第2地域包括支援センター



TEL 011-375-0610 FAX 011-375-0615
〒004-0022 札幌市厚別区厚別南5丁目 1-10

