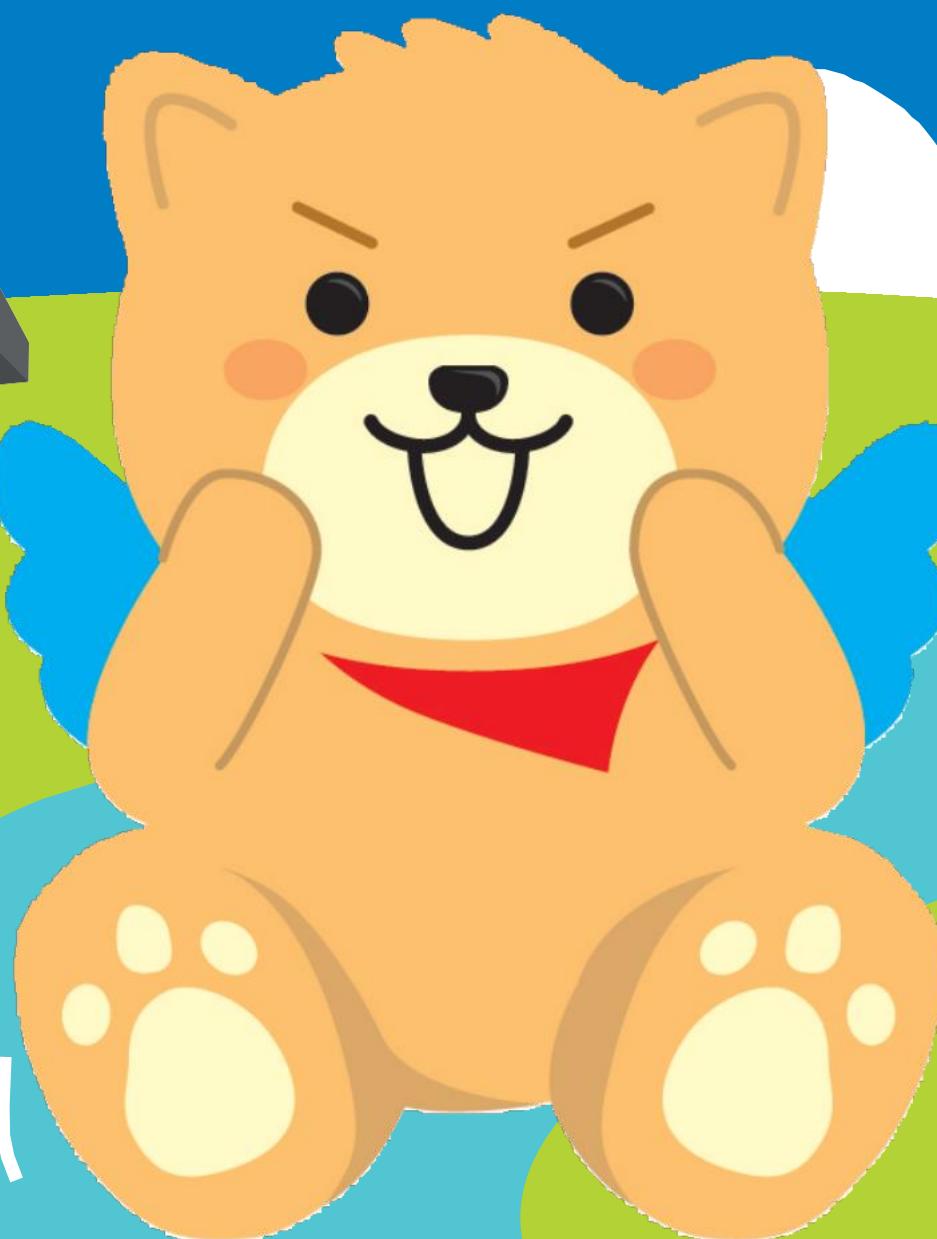
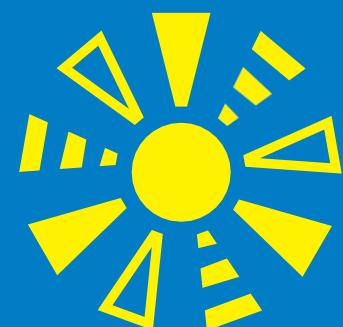


今日も
暑かの～

熱中症に 気をつけやんばい!



暑さ指数とは?
こちらをチェック



筑後市
マスコットキャラクター
はね丸



こらえんで涼んでいかんね
水分+電解質補給で熱中症対策

行動の工夫

無理をせず
暑さを避けよう

暑い時は行動を控えて休憩を



住まいの工夫

風通しを
よくしよう

冷房や扇風機を活用して温度管理



衣類の工夫

軽装で熱と汗を
発散しよう

帽子やクール素材の衣服で快適に



給水の工夫

水分と塩分を
一緒に摂ろう

行動前からこまめに水分補給



ポカリスエットに
関する情報はこちら

