

## SUMBR



風鈴と蚊取り線香。 夏の定番で、「あざーっす!!」 熱中症にご注意ください。



今年の夏も高気圧がはりきってます。昨年は、世界の平均気温が過去最高でした。今年はまた記録更新しそうです。

## 熱中症予防には?

- 1 食事量は減らさない
- 2 水分と塩分はこまめに補給
- 3 ストレスも睡眠不足もなくす



熱中症に気をつけて楽しい夏をお過ごしください。





