

暑いときは 熱中症にならないように 気をつけてください

これから 日本は 夏になって、とても 暑くなります。

暑いときに 頭が 痛くなったり、具合が 悪くなることを 熱中症といいます。

熱中症にならないように 気をつけてください。

よく 水を 飲みましょう。涼しい ところで 休むことも 大切です。

外にいて、とても 暑いとき、右の サインが ある

建物やお店で 休むことが できます。無料(0円)です。

※お店や 施設が 休みのときは 入れません。

詳しくは、下の 市の ウェブサイトを 見てください。

<https://www.city.kokubunji.tokyo.jp/kenkou-fukushi/koureishien/1011722/1013623.html>



涼み処こくぶんじ

ウェブページの 上の方にある **Web Translation** タブから 外国語に 翻訳することが できます。

スマートフォンで 見る ときは、画面の 左下の 「探す」から、**Web Translation** を 選びます。

問い合わせ(聞く ところ):

高齢福祉課 電話:042-312-8637