

本格的な暑さを迎える前に、夏を涼しく
過ごせるような工夫や、こまめな水分補給、
涼しい場所での休憩を心がけ、
熱中症を防ぎましょう！！



部屋の
温度管理



日頃からの
健康づくり



こまめな
水分補給



熱中症

を予防しましょう



2m以上



屋外で人と2m以上離れている時は
適宜マスクをはずしましょう



神奈川県 神奈川消防署

横浜市消防局マスコット
キャラクターハマくん