

# 熱中症にご注意！

## 熱中症予防 ~5つのポイント~

- 1、高齢者は上手にエアコンを
- 2、暑くなる日は要注意
- 3、水分・塩分こまめに補給
- 4、「おかしい!？」と思ったら病院へ
- 5、周りの人にも気配りを

マスクをつけることで、  
身体に熱がこもりやすくなるから、  
例年より気をつけるきゅぽ！

しっかり食べて、よく休んで、  
新型コロナウイルス感染症も熱中症も  
予防するきゅぽ！



川口市マスコット「きゅぽらん」