

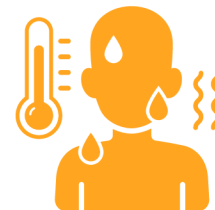
ねっ ちゅう しょう けい かい 熱中症 警戒アラート



はっ れい ちゅう
発令中



HEATSTROKE ALERT — Issued Now



熱中症予防の行動を徹底しましょう！

- のどが渇く前に、水分・塩分を補給しましょう。
- すずしい服装にしましょう。
- 熱中症のリスクが高い方（高齢者、子ども、持病のある方など）、周りの人に声かけをしましょう。



Protect yourself and others from heatstroke!

- Stay hydrated! Drink water and take salt before you feel thirsty.
- Dress in cool clothes.
- Check on people around you, especially those at high risk (such as the elderly, children, and people with medical conditions).