みんなで防ごう！熱中症

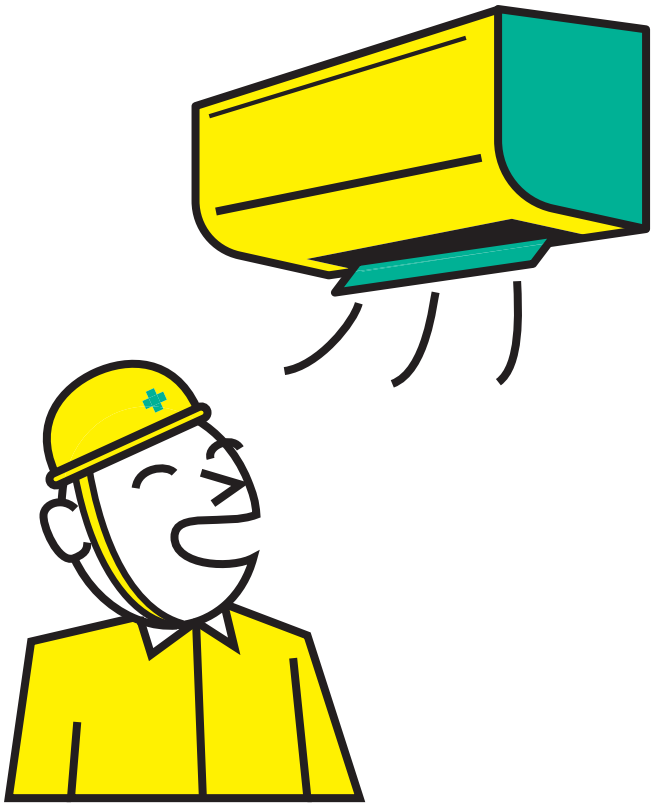
Mari bersama-sama mencegah terkena serangan panas (dehidrasi)!

1 水分・塩分はこまめに補給！

Air・garam
ditambah dengan rutin!

2 涼しいところで休憩！

Istirahat di
tempat sejuk!



3 「おかしいな?」と思ったらすぐ報告！

Bila merasa「kurang enak badan?」segera melapor!

IM Japan アイム・ジャパン