

STOP!
熱中症

危険! 不規則な生活!

Watch out! Mind your lazy life!

⚡ に当てはまる人は**熱中症**に要注意! The Irregularities that trigger heat stroke!



今朝、**朝食**を
摂っていない

I don't have breakfast
this morning.



前日、**お酒**を
飲みすぎた

I drank too much
alcohol the day before.



寝不足
である

Lack of sleep



運動
不足である

I don't exercise
regularly.



こんな人も要注意!



風邪気味など**体調不良**
である

I feel sick like a cold.



定期的に、**健康診断**を
受けていない

I don't have regular
health checks.



体調が悪い時には
無理をせず、
会社や上司に
申し出ましょう!

If you feel unwell,
don't overdo it, and
let the company and
your boss tell you!



参考：厚生労働省「職場における熱中症予防対策マニュアル」

熱中症対策に関する詳しい情報はインターネットで!

熱中症対策のススメ

検索

<http://pro.saraya.com/necchusho/>

いのちをつなぐ

SARAYA

▼詳しい情報は
こちら

