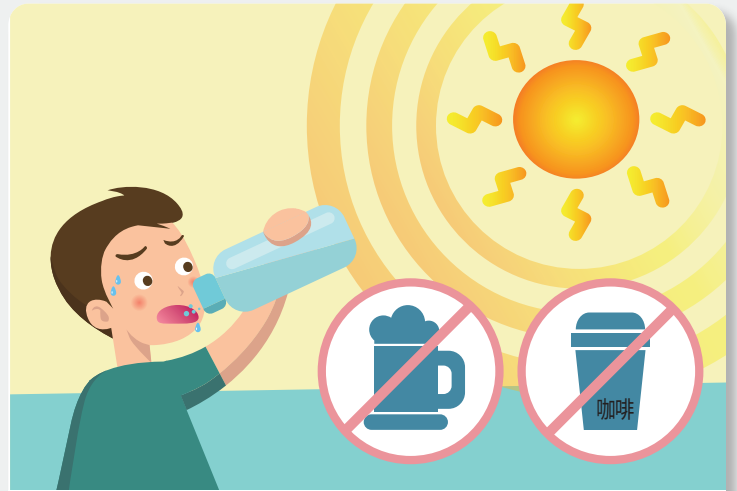
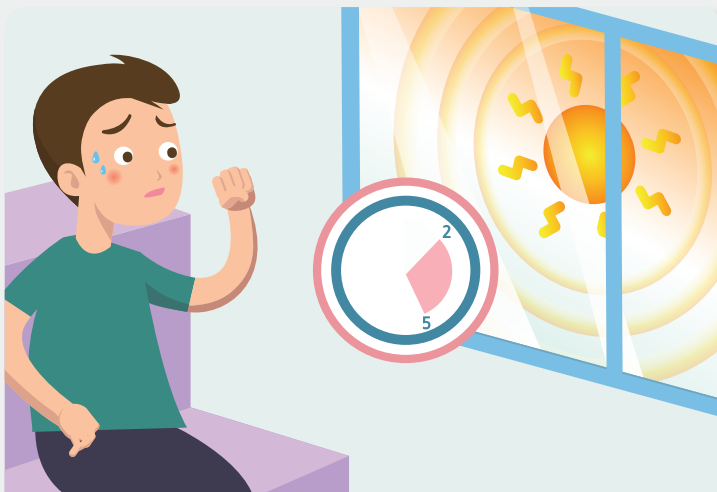




通过TV、网络、广播等随时确认酷暑的气象情况。



比起酒或含咖啡因的饮料,多喝水。



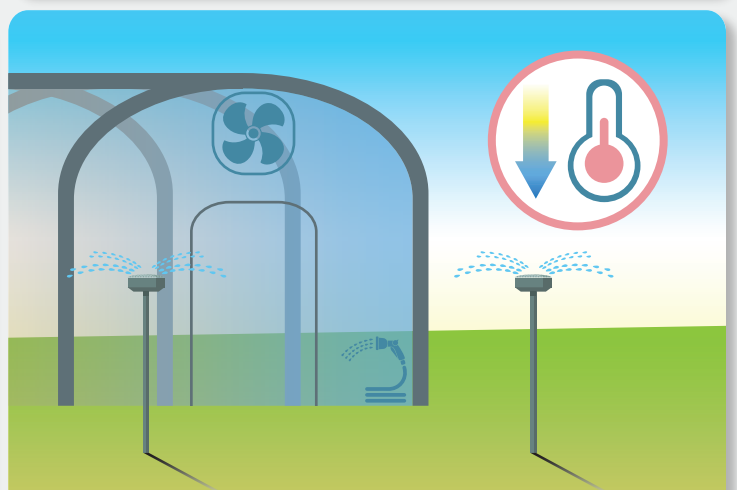
在最炎热的下午2点-下午5点,不进行室外活动或工作。



使用空调时,将室内外温差维持在5°C以内,预防空调病。
※室内冷房的適温:26~28°C



出现头晕、恶心、头痛等轻微症状时,
请前往避暑中心等凉快的地方。



为畜舍、塑料大棚等换气或洒水,降低温度。