



静岡県と



Otsuka

大塚製薬は包括連携協定を締結し、

熱中症対策を推進しています。

SUMMER IN SHIZUOKA IS HOT AND HUMID

静岡の夏
熱中症
に気をつけよう

BEWARE OF NECHUSHO
(HEAT ILLNESS)

熱中症対策4つのポイント 4 Pointers for NECHUSHO (HEAT ILLNESS)



こまめな
水分補給

Be sure to rehydrate frequently



暑さを避ける

Avoiding the heat



暑さに備えた
体づくり

Body making I had is made the heat



酷暑時には
体を冷却

Body cooling in hot environment



ふじっぴー 静岡県

おすすめの
水分補給

塩分

0.1~0.2%

食塩相当量
100mlあたり
0.1~0.2g

成分表示をチェック

からだに必要な塩分などの
電解質を補給しよう

※参考：公益財団法人日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」

