

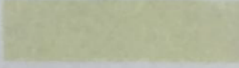

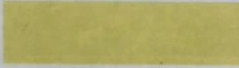



• チェックシート設置状況



拡大図

熱中症予防

尿の色で脱水症状チェック

	問題なし 普段通りに水分を取りましょう	
	問題なし コップ1杯の水分を取りましょう	
	1時間以内に250mlの水分を取りましょう 屋外あるいは発汗していれば、500mlの水分を取りま しょう	
	今すぐ250mlの水分を取りましょう 屋外あるいは発汗していれば、500mlの水分を取りま しょう	
	今すぐ1000mlの水分を取りま しょう この色より濃い、あるいは赤/茶色が混じっていたらすぐ 病院へ行きましょ	