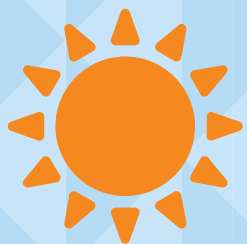


# 忘れずに! こまめな水分補給



名取市マスコットキャラクター  
カーナくん

名取市と大塚製薬は  
健康増進に関する連携協定を締結しています

## 熱中症に気をつけよう!!

### 行動の工夫

無理をせず  
暑さを避けよう  
暑い時は行動を控えて休憩を



### 住まいの工夫

風通しを  
よくしよう  
冷房や扇風機を活用して温度管理



### 衣類の工夫

軽装で熱と汗を  
発散しよう  
帽子やクール素材の衣服で快適に



### 給水の工夫

水分と塩分を  
一緒に摂ろう  
行動前からこまめに水分補給



熱中症対策に  
こまめな  
水分補給

ポカリスエット  
ポカリスエット イオンウォーター



毎日の手軽な  
コンディショ  
ニングに

乳酸菌  
B240 + 電解質  
バランス  
ボディメンテドリンク