

ねっ ちゅう しょう たい さく
熱中症対策のポイントは

すい ぶん
水分 + ミネラル^{※1}

すい ぶん ほ きゅう
こまめな水分補給を！

ただ すい ぶん ほ きゅう あつ なつ
正しい水分補給で、暑い夏をのりきろう！



汗をかいた時に水だけ飲むと
体液が薄まってしまう^{※2}



ミネラル^{※1}を含むドリンクで
体の水分バランスを！

※1. ミネラルとは、ナトリウムのことです。
※2. たくさん汗をかいたとき