

5月に入って日差しが強くなり、日中では暑い日もあります。
これから暑い夏がやってきます。熱中症にならないために、
水分補給などこまめに行って体調管理に気をつけましょう！



安来節保存会様来所

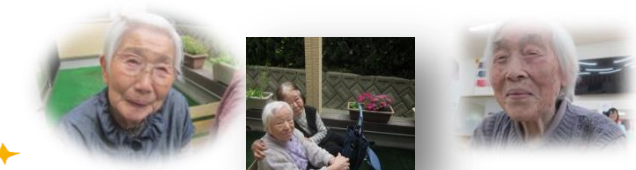


あら

えっさっさ~



お出かけ日和



素敵な笑顔で



ハイチーズ



お天気だと気持ちがいいですね~



熱中症・脱水症にならない体づくりを心がけましょう！
しっかり食事を摂って睡眠をとるようにしましょう！
水分補給、室内温度調整、衣類の調整なども気をつける
ことが大切です！

