

きもちわるい
Not OK / Needs help

頭痛、吐き気、倦怠感、体のだるさ、虚脱感など、体に力が入らない

熱中症の
中等症
のうたがよい

作業から離脱して、
速やかに救急車を呼ぶ

とてもつらいです
Danger / Call 119 now

けいれん、ふらつき、
体が熱い



**熱中症の
重症
のうたがしい**

だちに医療機関に連絡
緊急対応を依頼

すこし、ふあん
OK / A little sick

めまい、立ちくらみ、
熱けいれん

熱中症の
軽症
のうたがい

涼しい場所で休み、
経口補水液や
水分・塩分を補給