

# 立夏！！！！

今年の立夏は5日、  
そのせいか連休中は夏日もあり、  
暑くなりましたね！

急激な気候の変化で体調管理が

難しいですね(>\_<)



急激な暑さでの熱中症対策には  
喉が渴く前に水分補給してくださいね(^o^)

P S : 花粉症はひと段落したようですが、感染症予防の為に  
外出時にはマスクを着用して予防に努めましょう！！  
外出からの帰宅時は手洗いうがいを徹底しましょう！！

災害等の緊急対応の為に facebook と twitter.始めました  
公式 FB <https://www.facebook.com/kureyon.ns>  
公式 twitter. [https://twitter.com/kureyon\\_ns](https://twitter.com/kureyon_ns)

イラストをお借りしております

