



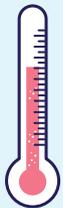
01 그늘

직접적인 태양광선은
피하세요



02 물

고온에서 작업하는 경우
하루 11L 이상의 수분손실!!
물을 조금씩 자주 드세요



온열질환 예방
3대 수칙
물 · 그늘 · 휴식

03 휴식

휴식시간에는 시원한 곳에서
충분한 휴식을 취하세요

