

(中国語)

寒さ対策のお知らせ

御寒対策通知

避难所很冷，毛毯少，取暖炉数量又不多。如果不吃饭，身体就很难产生热量和能量。

这个时候，首先防止身体散热是很重要的。

请避开有风的门口，在地上铺垫纸箱等，把毛巾或棉布放入后背，就寝时，大家靠近些，利用彼此的体温御寒。

不要等到感觉到冷，只要身体发抖，就请马上向附近的保健师或医生求助。