

## 【やさしい日本語】

### すず す ぐうかん ばしょ かつよう 涼しく 過ごせる 空間・場所を 活用して ください

そと で あつ さ すず す  
外に 出るとき 暑さを 避けるため、 涼しく 過  
ぐうかん ばしょ かつよう たと としょかん  
せる 空間・場所を 活用しましょう。例えば、 図書館、  
し やくしょ こうきょう たてもの みせ つか  
市役所といった 公共の 建物や お店を 使ってください  
すず ばしょ きょうゆう つか でんき  
い。涼しい場所を みんなで 共有すると、 使う 電気を  
すく ねっちゅうしょう ちゅうい  
少なくすることにも なります。熱中症に よく 注意し  
あつ なつ の き  
て、 暑い 夏を 乗り切って ください。



※それぞれの 空間・場所に 暑いときに 涼める  
せんよう きゅうけいしつ いちぶ  
ところ 専用の 休憩室は ありません。一部の  
しせつ にゅうじょうりよう  
施設は 入 場 料が かかります。  
ねっちゅうしょう あたま いた  
※熱中症になると、頭が 痛くなったり、 めまいや  
は け そと で いえ  
吐き気が したりします。外に 出るとき、 家の  
なか ちゅうい  
中に いるとき、 どちらも 注意して ください。

と あ かんきょうせいさくか  
【問い合わせ】 環境政策課 TEL: 0258-24-0528



すず どころ  
涼み処

## 【中文】

### 夏日-请利用凉爽的公共场所（凉爽共享空间）

在炎热的夏日里可以进入凉爽的公共场所降温避暑。如图书馆、市政府等公共建筑或商店都可加以利用。

关闭家中的空调，前往这些“凉爽共享空间”，不仅可以降温纳凉，还能节省电力开支。请大家务必注意防暑措施，安全度过酷热的夏天。



※凉爽共享空间没有专用于纳凉的休息室。  
一些设施需要入场费。

※中暑时，会感到头痛、头晕或恶心。无论  
是外出还是在家中，都要多加小心。

咨询：环境政策课  
TEL: 0258-24-0528



纳凉处



## 【English】

### Make Use of Cool Places to Keep Yourself Comfortable on Hot Summer Days

To avoid the summer heat, you are advised to make use of cool spaces or places in the city. For example, public buildings such as city offices and libraries, or private retail stores.

However, these locations usually do not have designated areas for resting or cooling off, and some facilities may require an admission fee.

Nonetheless, sharing cool spaces with others can also help conserve electricity.

It is possible to suffer from heatstroke if the temperature rises. Even if you are indoors, you can be affected by heatstroke. Symptoms of heatstroke include headaches or feeling dizzy and nauseous. Stay healthy during hot summer days by taking proper preventive measures.

For further information:  
Environmental Policy Division  
Phone: 0258-24-0528



“Suzumidokoro”  
(Cool Share Spots)



Locations of  
Cool Share Spots