

令和6年8月の行事予定

《入所部》

誕生会 8月24日(土)

スイカ割りをして
季節を感じながら誕生者を祝います



《通所部》

誕生会 8月8日(木)

スタッフによる、フラダンスや手品
やっさ踊りもあります



バイキング 8月19日(月)

いろいろな種類の料理をご用意し
事前に取り分けさせて頂きます
気に入ったお料理はお代わりして楽しんでください

ピアノコンサート 8月23日(金)

綺麗なピアノの音色と歌声に癒される時間です

とにかく暑い毎日です

無知と無理から
熱中症は始まります

初期症状を見逃さないでください



たちくらみ・めまい・足がつる

体温が上がることで血液が体全体に行きわたります。そのため一時的に脳に送られる血液が足りなくなり酸欠状態がおこります



頭痛・だるさ・体のけいれん

汗をかき、脱水になるため、体の中の塩分が不足しておこります

熱中症かな？と思ったら

- ①涼しい場所に移動する
- ②衣服をゆるめ、安静にする
- ③首やわきの下、太ももの付け根を
冷やして体温を下げる
- ④水分・塩分を少しずつ摂取する

