

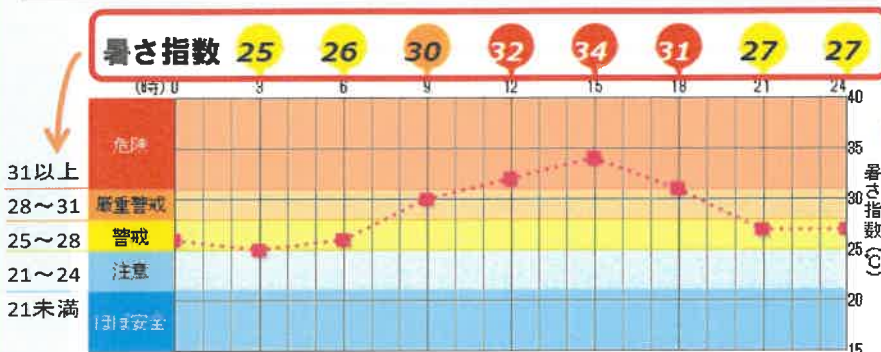


〒601-1434 京都市伏見区石田森南町9番地

TEL 075-572-8207 FAX 075-572-8726

## 過去最速の梅雨明け☀️熱中症☀️に注意!!

今年には1951年の統計開始以降最も早い梅雨明けとなりました。梅雨の期間は14日間しかありませんでした。同時に気温もグングンと上昇し、6月20～6月26日まで1週間で熱中症によって4,551人が救急搬送されました。



### ・熱中症警戒アラートとは...

危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動を促すための情報です。(下記★熱中症予防行動を参照) 気象庁や環境省のホームページ、テレビのニュースなどで確認できます。

### ・暑さ指数に要注目!

気温・湿度・日射(熱反射)を合わせた指数です。暑さ指数33以上で熱中症警戒アラートが発表されます。

・白寿では、暑さ指数31以上(危険)の時は屋外でのリハビリやウォーキングを中止して屋内中心の運動に切り替えています。

### ★熱中症予防行動

涼しい服装



日陰を利用



日傘・帽子



水分・塩分補給



### ・エアコンの適切な使用を!

(室温28度を目安に!)

### 入所

## 改善報告

利用者様、家族様からいただいたご意見・ご指摘について、別紙にてご報告させていただきます。今後もお気付きの点がございましたら、遠慮なくご意見等お聞かせください。



### 通所

## 作品を提供いただきました!!

大平昌和様より、『手作りカレンダー』を提供いただきました。

なんと!ご自宅でコツコツと制作されること数日。長く使えるようにと随所に工夫が施されています。毎日大切にに使わせていただきます。

ありがとうございます





## デコレーションパンケーキ作り



5月23日・30日におやつ作りを行いました。パンケーキにホイップクリームやチョコソースやメープルシロップ、果物でデコレーションしていただきました。皆さん「おいしいわ〜」と嬉しそうに召し上がられていました。



## 個人トレーニングや歩行練習 頑張っています！



## 中庭ウォーキング実施中！



天気の良い日は  
中庭ウォーキング  
をしています

