



熱中症予防のため、施設内を空調管理しています。適温となるよう配慮していますが、肌寒く感じる方は長袖の羽織るものをご用意ください。記名もお願いします。こまめな水分補給で、厳しい夏を乗り越えましょう。



紙芝居ボランティア



きゅうりが採れました



高齢者は、体温調節機能の低下により体内に熱がこもりやすく、暑さを自覚しにくいいため熱中症になる危険が高くなります。家でも**エアコン**を活用し室温を適切に調節し、**のどが** **渴いていなくてもこまめに水分補給**をして脱水を防ぎましょう。