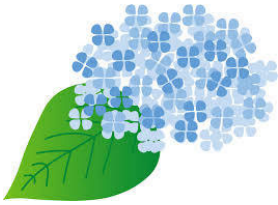


しおさいデイサービスセンターだより

Shiosai Day-Service Center News



雨に歌えば・



こんにちは！いよいよ梅雨の時期がやってきます。

毎年、ジメジメ・蒸し蒸し本当に憂鬱な季節です。洗濯物も乾きにくく主婦の方は大変ですね。コインランドリーが1年で一番賑やかになる季節でもあります。

また体調不良を起こす時期でもあります。最近ではコロナの影響でマスクを着けている方が多いですが、実はこの時期のマスク着用は「**熱中症**」を起こしやすいとのこと。マスクを着けていると喉が渇きにくく、水分摂取を怠りがちになる、その結果、熱中症を引き起こすとのこと。

近年は高齢者の方が部屋の中で熱中症を起こし、病院に搬送されるケースが増加しています。小まめな水分補給も大切ですが、室温にも気を付けるよう心がけてください。

国の緊急事態宣言が解除されたからと言ってまだまだ安心はできません。出来るだけ、「**不要・不急の外出**」は避けるようにしましょう。



介護のことなどで、お困りのことなどございましたら、しおさいまでお問い合わせください。

担当 しおさいデイサービスセンター 生活相談員 小手川 哲夫

連絡先 **85-0539**