

熱中症に注意！4つのポイント

ポイント1：屋内では

- ★扇風機やエアコンで温度を調節
- ★遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- ★室温が高すぎないか注意する

ポイント2：屋外では

- ★日傘・帽子の着用
- ★日陰の利用、こまめな休憩
- ★水分・塩分補給
- ★体を冷やす

ポイント3：身体に熱を蓄えないように

- ★通気性のよい速乾性のある服を着る
- ★こまめに水分・塩分補給する

ポイント4：熱中症らしき人がいたら

- ★涼しい場所へ避難する
- ★首、わきの下、足の付け根を冷やす
- ★水分・塩分補給

こういうことにも気をつけて！

※暑さの感じ方は体調や慣れにより、人によって異なります。

※節電を気にするあまり、熱中症予防を忘れないようにご注意ください。

※マスクをはずす時は屋外で人と2m以上離れている時です。

自力で水を飲めない、意識がない方がいる時は、すぐに救急車を呼びましょう！



にちにちからのお知らせ

8月11日は通所日です。夏休みは8月13日～8月16日までになります。

日本福祉教育専門学校より8月2日～9月17日まで実習生が1名きます。

●8月は内職月になりそうです！

7月から引き続き缶バッチの内職をやります。その後香り玉の内職がどどーんに入る予定かもしれません。暑い中、室内でマスクをしての作業になります。熱中症に気をつけ頑張りましょう。



月	火	水	木	金	土	日
						1
2 AM WRAP PM 自主活動	3 内職	4 自主活動	5	6 自主活動	7 リクエスト	8
9 振替休日	10 内職	11 リクエスト	12 美化美化	13 ← 夏休み → 14		15
16 夏休み	17 内職	18 AM 自主活動 PM フットサル	19	20 リクエスト	21 AM 自主活動 PM MOMK	22
23 AM レジン研究会 PM 自主活動	24 内職	25 AM WRAP PM 自主活動	26	27 AM 映画会 PM 自主活動	28 自主活動	29
30 AM のびのび NP PM 自主活動	31 内職					

プログラムの詳細

- ・映 画 会：未定です。観たい作品のある方は林田までご連絡ください。
- ・リクエスト：やってほしいプログラムに都合が合わないとか、コロナ禍でもやれそうな企画がありましたら、リクエストをお待ちしています。自主活動の時間でも対応できます。前もって日時を指定したいという希望がありましたら、遠慮なくお申し出ください。可能であればプログラムとして扱います。

※ 8月はミニ調理会をお休みとさせていただきます。ご理解ください。

☆ 11日（水）12日（木）はのびのびの開所日です。また13日（金）～16日（月）は夏休みでお休みになります。お気をつけ下さい。

晴れ晴れからのお知らせ

◎8月9（月）と13日（金）の2日間はお休み。
8月12日（木）と8月16日（月）の2日間は
焼き菓子の試作や、クラフトバック作りをします。

◎12 t h ampかわいいサミットに参加します。
8月25日から30日まで八木橋百貨店にて委託販売を
します。

