

医療法人岐阜勤労者医療協会 こがねだデイサービス

デイ便り 7月号

地域密着型通所介護・介護予防通所介護
事業所番号 2190200226
住所 関市上白金511
TEL:0575-29-6263
発行責任者 酒井貴美子



七夕の行事食です。



梅雨が明け、急に暑くなりました。とにかく暑い！
皆さんとの挨拶が「暑いね～」から始まるのが恒例となりましたね。まだ暑さに慣れていないこの時期が、一番身体に堪えるんだそうです。
熱中症を予防するために
エアコンなどを使用して室内を涼しくしましょう。そしてこまめな水分補給を心掛けましょう。
三食しっかりと食べて、十分な睡眠時間をとりましょう。

毎日元気に過ごせるように、暑さに負けない身体作りを頑張りましょう！！！！



