



結ま～るだより



9月号

広栄自治会



広栄自治会の改修工事着々と進んでいます。予定では9月中旬頃完成予定らしいです。完成がとても楽しみです。





結ま～るだより

9月号

熱中症予防

部屋の温度をこまめに
チェックしましょう。



室温 28℃を越えないように
エアコンや扇風機を
上手に使いましょう。



のどが渇かなくても
こまめに水分補給！



無理をせずに
適度に休憩を！



外出の際は体をしめつけない
涼しい服装で、
日よけ対策も！



日頃から栄養バランスの
良い食事と体力づくりを！



まだまだ暑い日が続く中
みなさん熱中症対策は大
丈夫ですか？
家の中に居ても対策を
とっていないと熱中症に
なる危険性があります。
熱中症を正しく理解して
しっかり対策をとりま
しょう！！





結ま～るだより

9月号

お知らせ

『結ま～るだより』では地域の皆さんにお役に立てる情報を掲載していこうと思っています。『こんな話が聞きたい』『これってどうしたらいいの?』『〇〇について知りたい』などなんでも構いませんのでご意見がありましたらぜひ【地域包括支援センターゆいまある】まで気軽にご連絡ください。



発行元：地域包括支援センターゆいまある
連絡先：098-917-5320
担当者：新垣

総合相談窓口

気になる方は包括ゆいまある
まで ご連絡ください！