

医療法人岐阜勤労者医療協会 こがねだデイサービス



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 馬場美香

デイ便り 7月号



七夕行事食



つめたいおやつ



オリジナルうちわ



今年は、13日間と驚くほど短い梅雨でしたね！しかし、ぐずついた天気・・・この頃は、雨の日を迎える毎日です。
湿度が高くなると汗が出ず熱が体内にこもってしまう現象が起こります。それが熱中症！いろんなところで耳にされていると思います。
上手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！！！！



