



## デイケアの活動報告!

### アサヒビール 工場見学



金曜午後のレディースプログラム  
でアサヒビールの工場見学に行っ  
てきました!!

ビールが作られるまでの工程を  
わかりやすく丁寧に教えてもらう  
ことができました。最後にはジュース  
の試飲をし、お土産までいただき  
楽しい時間になりました♪



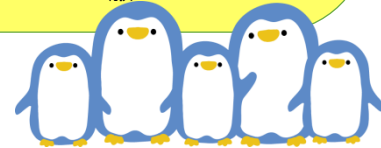
## 熱中症対策

温暖化で年々気温が高い日が多くなってい  
るかと思えます。熱中症は誰もがなり得る症  
状です。予防を心がけましょう。

熱中症の予防には、適度に休憩をする、汗  
をかいたままにしない、帽子をかぶる、黒い服  
は避けるそして何より水分補給を心がけま  
しょう。軽い脱水症状のときは喉の渇きを感  
じないことが多いです。のどが渇く前に定期  
的に水分補給をする必要があります。また、  
スポーツドリンクで塩分の補給をするのも良  
いとされています。

また、熱中症の症状としては、めまい、立ち  
くらみ、手足がふる、しびれを感じる、吐き気、  
頭痛、からだが熱くなる等です。周りで熱中  
症かもという人がいたらまずは涼しいところ  
に移動してあげ、体を冷やしてあげてください  
い。水分が飲めるようであれば水分補給をし  
ます。あからさまに応答がおかしかったり意  
識がない場合はすぐに救急車を呼ぶことも大  
事です。

この夏も安全に過ごしましょう。



## お知らせ

## 4コマ劇場



## 8月診療日のご案内

毎月第2・4土曜日が診療日ですが、8月11日が  
祝日なので、代わりに8月4日が診察日となります。  
8月25日(第4土曜日)は通常通り行います。

また、誠に勝手ながら8月13~15日はお休みします。  
よろしく願いいたします。

## スタッフが産休に入ります。

しばらく産休に入らせてい  
ただくことになりました。  
ご迷惑をおかけしますがま  
たお会いできるのを楽しみ  
にしています。

相談員 北川



## サボいちえ NEWS

6月9日

## 梅シロップづくり



小学生向けグループ「ひかりグループ」  
梅シロップづくりに挑戦しました♪  
容器をきれいに消毒して梅のヘタをとつ  
たり優し〜く丁寧に作業をすすめていま  
しました。

子どもたちからは「いつ食べられるの?」  
という質問がたくさんありました(笑)

大体2~3週間はおいておくと梅シロップ  
ができるようです! 楽しみです☆

