



眩しい太陽が夏空を照らし色鮮やかな朝顔や元気いっぱいのヒマワリが季節を彩っています。朝から響く蝉の声にも本格的な夏の訪れを感じる頃となりました。今年の夏は例年以上に厳しい夏が続いています。エアコンを上手に活用し、室内でも快適な環境でお過ごしください。みづきでも、ご利用者様に安心して過ごしていただけるよう暑さ対策を行いながらサービスを提供しております。

ご自宅へ帰られましたら室内に熱がこもっている事もあります。まずは窓を開けて風を通し室内の熱気を逃がしてからエアコンを上手に活用し快適な室温を保つようにしましょう。暑さを我慢せずこまめな水分補給と適度な休息を心掛け熱中症予防に努めましょう。

8月の予定



8月10日(月)の週

有料散髪サービス(8月1日(土)予約締切です)

8月6日(木)21日(金)22日(土)

お誕生日会(Happy Birthday!)

8月20日(木)

麻績村で人気の『かめとうさぎ』が今年も来てくださります。
ケーキや季節の飲み物をたのしみましょう♡

8月31日から9月6日まで Aコープにて衣料品販売
店主より・・・晩夏～初秋物入荷します。是非ご覧ください



7～8月は熱中症で搬送される人が多く、中でも高齢者の割合が高くなっています。ではなぜ、高齢者は熱中症になりやすいのでしょうか？

- ① 汗をかきにくく、体温を下げにくい
 - ② 暑さや喉の渇きを感じにくい
 - ③ 体温を調整する機能が低下している
 - ④ 体内の水分量が少ない
 - ⑤ トイレに行きたくないから水分を摂らない
 - ⑥ エアコンの風が苦手
 - ⑦ 電気代がもったいないからつけない
- だ・か・ら！気を付けてネ！！**

熱中症予防と対策

 こまめな水分補給	 直射日光を避けよう	 エアコン・扇風機を活用
 暑くなったら冷やす	 適度な運動	 十分な睡眠と食事

お知らせ

デイサービスみづきは、お盆期間中も通常通り営業いたします。

お休みをご希望される場合は、早めにご連絡くださいますようお願いいたします。