

そくらしんぶん かい さくら会

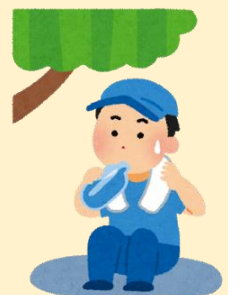
毎月末日発行 2020年8月号
 発行所 さくら会(利用者自治会)
 〒973-8407 いわき市内郷宮町峰根65-187
 発行責任者 さくら会 会長 高橋 太樹
 サポート職員 早瀬 瑞希



ねっちゅうしょう ちゅうい 熱中症に注意しましょう!

新型コロナウイルス感染予防のため、今年^{ことし}はマスクをつけて生活していますが、暑い時間帯には熱中症になる危険もあります。他の人と距離^{きょり}をあけられる時は、マスクを外して過ごしましょう。

- ① こまめに水分^{すいぶん}をとる
- ② エアコンのある家ではエアコンをかけるようにする
- ③ 炎天下^{えんてんか}のなかでは運動^{うんどう}をしないようにする
(もし運動する時は、時々涼しい場所で休むようにする)
- ④ 人と距離^{きょり}(2メートルくらい)をとれる時は、マスクを外す



※みなさまの しゃんは、ほんにんの りょうかいを いただいて つかっています。