# 熱中症対策!!

特集

社会福祉法人豊潤会
ハウスフル踏青園
〒311-0111
茨城県那珂市後台
2045-3
TEL029-295-8415
FAX029-295-5336

## 「水分補給」

毎日、麦茶やスポーツドリンクを皆さんへお届けさせて頂きます。
熱中症予防の為にも、水分をこまめに取ることが大切です。

## 見守りっち

温度・湿度を測定し、熱中症の危険をランプで知らせくれる優れもの!!
水分補給の巡回時に携帯しています。

## ＝夏の思い出作り＝

７月２０日　ゆたか保育園「夏祭り」に参加してきました。

～これからの予定～

８月３日
ごだい保育園「夏祭り」

８月１４日
ごだい第一夏祭り

８月２４日
那珂ひまわりフェスティバル

※参加ご希望の方は、
職員へお申し付け下さい。

## 熱中症の予防

１　暑さを避ける

・日中の外出は控えましょう
・部屋の温度、湿度に気をつけましょう

２　服装を工夫する

・涼しい服装にしましょう
・汗をかいたら着替えましょう

３　こまめに水分を補給しましょう

・ビール等、アルコールは水分補給になりませんので、注意しましょう

## リモコンの設定

冷房にしましょう

天候・体調に合わせて温度設定して下さい

運転／停止スイッチ

定期的なフィルターの清掃で、冷房効率が高まります。
※写真と異なるリモコンもあります。