

## 地域包括支援センター通信

6月22日保健福祉センターで、管理栄養士の協力のもと、「脱水症・熱中症予防」について勉強会を行いました。



### 高齢者は特に注意!!!

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少なく、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。そのため、熱中症にかかりやすく、重篤な場合は死亡する可能性もあるため、注意が必要です。

### 熱中症予防のために

- エアコン・扇風機を上手に使用する
- 部屋の風通しを良くする
- こまめに水分補給
- シャワーやタオルで体を冷やす
- 暑い時は無理をしない
- 涼しい服装をする
- 緊急時の連絡先を確認する



いちいの森より依頼があり、「ひめまりもサロン」で作成しました。

相談・お問い合わせ  
0175-28-5700

## 野花菖蒲の里

### 官台山温泉の8月営業日

日	月	火	水	木	金	土
		1	②	3	4	5
6	7	8	⑨	10	⑪	12
13	14	15	⑬	17	18	19
20	21	22	⑳	24	25	26
27	28	29	⑳	31		

■は13時~20時 □は10時~20時 ○は休業日  
入浴受付時間は19時30分までとなっております。

☆ルールやマナーを守って気持ち良く入りましょう!!  
【東通村保健福祉センター ☎ 0175-28-5600】

## ☆保健福祉センターだより☆

### 祝日休業のお知らせ

8月11日(山の日)  
祝日のため、休業です。

忘れ物が多いです  
お帰りの際は  
今一度  
ご確認ください  
TEL 28-5600

入浴料金			
6歳~11歳	100円	6歳未満	無料
12歳~69歳	200円	70歳以上	無料
		障害者	無料