

ケアリングみそのまち通信

暑い日が続いています！熱中症にご注意を
8月も皆さん元気に過ごしましょう(*^-^*)



こまめな
水分補給と
塩分補給



外出時には
日傘や帽子を
着用



エアコンや
扇風機を
上手に使用



体を
締め付けない
涼しい服装



熱中症の予防対策をしましょう



暑い場所を
避けて
日陰を利用



部屋の
温度と湿度を
確認



人との間隔を
開けて
マスクを外す



十分な睡眠と
バランスの
良い食事

鉄板焼きをしたいおやつにピザを作りました！！

tukur



色々なレクレーションを楽しんでいます！！



8月の予定

・誕生日会

・夏祭り

脳トレコーナー

① 蹴 ② 早

この漢字を読んで下さい。
前回の答えは

③ 蜈蚣 ④ 蛞蝓

① たなぼた ② オクラ

⑤ 蚯蚓 ⑥ 簾

③ ところてん ④ カブトムシ

⑤ ほととぎす ⑥ ひぐらし
でした。

編集後記

オリンピックもあっという間に終わったような感じでしたが、たくさんの方の白熱した試合が見れました。ケアリングでも皆さんと一緒に応援することができ楽しくオリンピック観戦ができました。テレビを見ながらつい声が出てしまいましたね。次はパラリンピック！楽しみです。また一緒に応援しましょう。

梅雨が明けてから猛暑の日が続きエアコンが欠かせない日が続いています。冒頭にも載せましたが熱中症には十分注意していただき、暑い夏を乗り切りましょう。

8月には季節を楽しんでいただこうと、ケアリングでの夏祭りを開催したいと思います。楽しみにしててください。南丹市もコロナウイルスが増えています。再度手洗いうがい、マスクの徹底等、感染症対策にも気を付けたいと思います。

ご協力のほどよろしくお願いします。

平井 香