

2025年

8月

どんぐりニュース



どんぐりで収穫した
すいか&買ったすい
かをみんなでおいし
く食べました



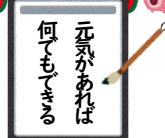
集団・個別リハビリ



今月の壁紙



元気バクハツ講座 第33回「熱中症対策」



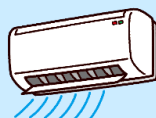
熱中症に要注意！

夏の平均気温が40年前より
「4℃上がった」といわれています。

- 体内の水分が不足しがちです
- 体に熱がたまりやすくなっています
- 暑さやのどの渴きを感じにくくなっています



熱中症になる方の半数以上が
高齢者 です！



部屋の中でも熱中症になる可能性があります
エアコンを上手につかいましょう



エアコンはつけっぱなしがおすすめです
エアコンの設定温度ではなく、
部屋に温度計を置いて**28℃前後**になるようにしましょう

扇風機も一緒に使いましょう
(長時間、風が直接あたらないように)



のどが乾いていなくても水分補給しましょう
(1時間にコップ1杯が目安)

見学・お試し大歓迎！！空き状況やご不明な点はお問い合わせください。



愛媛生協病院

指定通所リハビリテーション

デイケアどんぐり

〒791-1102 松山市来住町1091-1 TEL・FAX 089-976-3411(直通) 担当:坂本・亀上