

地域の宝物 **みい~つけた**/ とは? 生活支援コーディネーターが、

皆さんの地域 を訪ね、発見 ^{*} 取材した 様々な活動 (地域の宝物) の情報を掲載 しています ! **たとえば…**

近所の方との お茶飲み 趣味の集まり

ラジオ

隣近所との あいさつ 井戸端 会議

子どもの 見守り

あなたの「宝物」を教えてください!

私たちが 豊闘貴織コーディネーターです!



(西条全域) 長野



(南部)久保中



(東予)武田



(西部・小松) 長井





7月から北部の 担当コーディネーターが 変わりました。 どうぞ宜しくお願い致します。

SESSION OF STORES

熱中症を防ぎましょう

熱中症を防ぐためには、それぞれの場所に応じた対策を取る事が 重要です。以下を参照し、適切な対策を実施しましょう。

扇風機やエアコンで
温度をこまめに調節



天気のよい日は日陰の 利用、こまめな休憩



遮光カーテン、すだれ、 打ち水を利用



吸湿性・速乾性のある 通気性のよい衣服を着用



外出時には日傘や

帽子を着用

保冷剤、氷、冷たいタオル などで、からだを冷やす



 \wedge

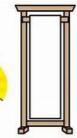
『熱中症警戒アラート』発表時には、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう

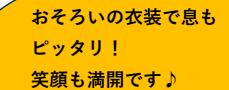
出典: 厚生労働省健康局

7月20日 丹原公民館の高齢者カフェ内で 地域包括支援センター丹原の演芸ショーが開かれました

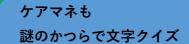
ゲスト地域包括支援センター南部 センター長渾身の落語です













観覧者も 特技を披露してくだ さいました(*^^*)



ちょっとした特技や 趣味(手芸、折り紙、ぬりえ他等) 高齢者カフェで披露してみませんか

