

# こもれびの里通信

こもれびの里・こもれび作業所

第177号 令和2年7月1日

## 7月の予定

- 15日(水) ほっとちゃん(入所男性のみ)
- 16日(木) ほっとちゃん(入所女性・通所)
- 18日(土) 通所開所日
- 23日(水) 海の日
- 24日(金) スポーツの日
- 28日(火) メンバー健診 女性
- 29日(水) メンバー健診 男性



## ◇通所開所日のお知らせ◇

7月18日(土)

午前 作業、ドライブ又は体育館活動

午後 買い物(コンビニ)

DVD鑑賞



## 看護師からのお知らせ

### 熱中症には気を付けましょう

「熱中症」は、高温多湿な場所に長く居ることで徐々に体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体に熱がこもる状態になることです。

### 熱中症を予防しましょう

- ・室内では無理な節電はせず、適度に扇風機やエアコンを使い、温度を調節しましょう。
- ・室内でも外出時でも、喉の渇きを感じなくても、こまめに水分や塩分、経口補水液、等を補給しましょう。
- ・高齢者や子ども、障害者の方は暑さに対する体の調節機能も十分でなかったり、症状も分かりにくかったりするのので、特に注意が必要です。

### 熱中症が疑われる人がいた場合

- ・涼しい場所へ移動し、体を冷やし、水分を補給しましょう。(首周り、脇の下、足の付け根、等)
- ・自力で水が飲めない、意識が無い時はすぐに救急車を呼びましょう。

### 屋外でのマスク着用について

高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなるおそれがあるので、屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合には、マスクをはずすようにしましょう。マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、マスクを一時的にはずして休憩することも必要です。

## 園からのお知らせ

新型コロナウイルス感染予防対策の為、8/1(土)実施予定の保護者会除草と今年度の夕涼み会を中止することと致しました。夕涼み会は毎年開催し、メンバーの楽しみの一つでもある為、中止という決断は沈痛ではありますが、メンバーや保護者の皆様の健康・安全を最優先させたい所存であることをご理解下さい。

夏を感じられるような、メンバーのみ参加の小規模な行事は現在企画中です。メンバーの皆さんは楽しみにしていて下さい。皆様引き続き、新型コロナウイルス感染予防対策を行っていきましょう。