



プルメリア通信

〒241-0825
横浜市旭区中希望が丘165-3
tel 045-360-6607
fax 045-360-6608

コロナ対策として暑い夏にも欠かせないマスクですが、気温が上がる夏は、特に熱中症のリスクが高まります。マスクを着用していると、着用していない場合と比べて、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがあります。したがって、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、マスクを一時的にはずして休憩するようにしましょう。

また、マスクを着用する場合には、強い負荷のかかる作業や運動は避け、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。外出時は暑い日や時間帯を避け、涼しい服装を心がけましょう。



7月のアルバム



＜レク風景＞ 七夕飾り・玉転がし・DVD体操

＜レク風景＞ ちょうちん作り・カーリング・輪投げ・的入れ



＜認知症&予防カフェ＞ きっさプルメリア
*8月よりカフェ再開予定です。コロナ対策をしっかり行いつつ皆さまと楽しい時間を過ごせることを楽しみにしています。



＜お知らせ＞

認知症&予防カフェ

今後の予定

「きっさプルメリア」

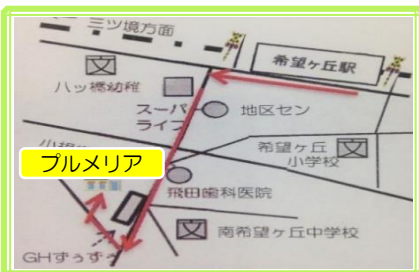


8/23 ... 8月のみ PM5:00~(夕涼み会)

9/20・10/18 年内毎月第3日曜日開催

11/15・12/20 時間: PM2:00~3:30

＜プルメリア 周辺地図＞



随時見学受付中！
お気軽にお立ち寄りください♪



＜プル畑＞ ナス・トマト・ピーマン・きゅうり・かぼちゃ

