

# つどいのかわらばん

2021年7月号 七夕で願う思い



by ecke

オープンスペース利用は当日予約を承っております。  
現在サークル活動は新型コロナウイルスの影響のため、  
中止しております。

@ コロナが終わった後やりたいことはありますか? @

皆で楽しくできる行事を募集しています

# 熱中症予防 3 つの備えで熱中症を防ぎましょう！

< 熱中症の危険性が高まっています >

- ・まだ体が暑さに慣れていない
- ・マスク着用で熱がこもりやすく、喉の渇きに気づきにくい



## その1～屋内での備え～

1. 生活リズムを整え、食事・睡眠をしっかりと
2. 上手にエアコンを使い、こまめな換気を忘れずに
3. 喉が渇く前からこまめに水分補給

## その2～屋外での備え～

1. 外出は暑い日・時間を避けて(天気予報を参考に)
2. 早め早めの水分補給。マスク着用時は要注意
3. 日傘、帽子を使い、涼しい服装を

## その3～体調不良時の備え～

1. めまい、立ちくらみ、手足のしびれは熱中症の危険サイン
2. 涼しい場所に避難して、服を緩めて体を冷やす
3. 我慢せず周りの人へ SOS #7119 へ相談を

参考:埼玉県 新型コロナウイルス感染症流行期における「熱中症予防 3 つの備え」

## オープンスペース利用に関して

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、  
オープンスペースの利用時間、人数を制限しております。  
ご利用希望の方は、当日お電話にてご予約ください。

### 【開所日・時間】

火曜日～金曜日(月・土日祝休み)

10時～12時 / 13時～15時

※12時～13時の間は消毒のため入室できません。

### 【利用におけるお願い】

- ・マスク着用、手洗いなどの感染予防を徹底して下さい。
- ・施設内での食事はお断りしております。飲み物は各自ご用意いただき、ペットボトルや缶などのゴミはお持ち帰り下さい。

# 7月のつどいカレンダー

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22 海の日のため 閉所	23 スポーツの日 のため閉所	24	25
26	27	28	29	30	31	

@行事などはコロナウイルスの状況により変更になる場合がありますので、

よろしくお願ひ致します。

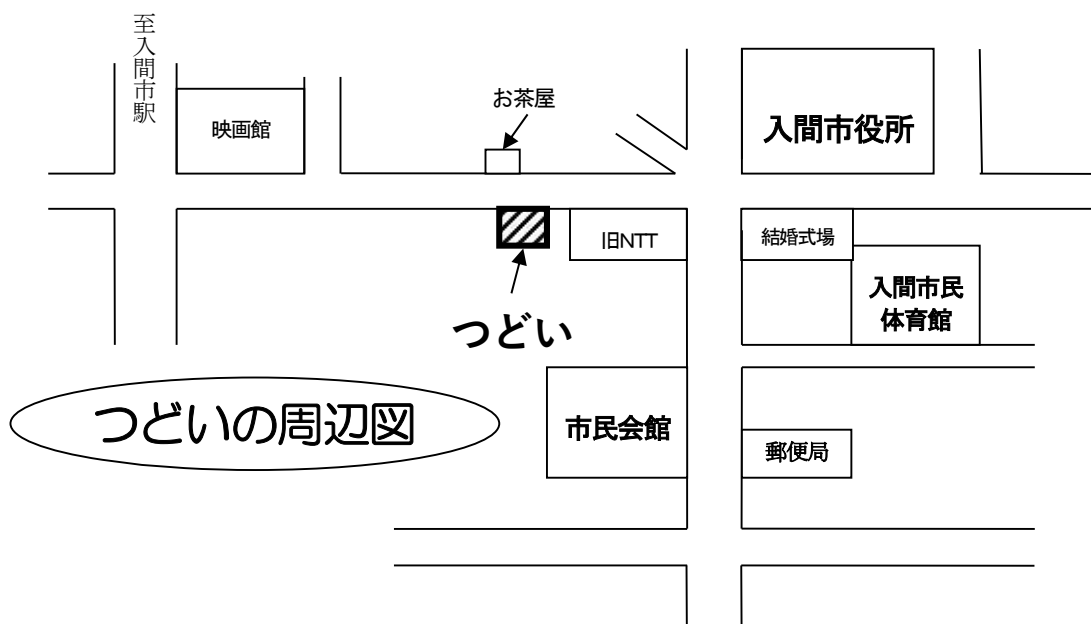


## ※編集後記※

こんにちは！暑さにやられてるフチです。  
いやあ…参りますね。余計外に出たくありません。すべては天気のせいです(;´・ω・)  
まあ家の中も暑いんですけどね……どこに避難しろと。  
夏本番はどうなることやら……。

### 利用状況 (令和 3年 5月1日～5月31日まで)

登録者	189名	メール相談	0件
のべ利用者	251名	面接相談	21件
電話相談	49件	訪問・同行	0件



発行元 地域活動支援センター (サービス向上型/精神) つどい  
〒358-0003 入間市豊岡3-8-5 あたご坂ビル201  
電話：04-2964-2117

Eメール：[tsudo.0717@gmail.com](mailto:tsudo.0717@gmail.com) ※アドレスが変わりました

ブログHP：[http://blog.goo.ne.jp/sowa\\_tsudo](http://blog.goo.ne.jp/sowa_tsudo)

オープンスペース・電話相談

火～金曜日 10時00分～16時30分 (月・土日祝休み)