

# さわやか新聞

7月号



梅雨のジメジメ蒸し暑い日が続いています。同時に7月初旬～8月にかけて熱中症発症者がピークを迎える傾向にあります。またその半数が65歳以上の方です。さわやかでも体調に注意して過ごして頂きたいと思います。**熱中症の予防は「水分補給」と「熱さを避ける」ことが大切です！**小まめな水分補給。扇風機、エアコンを使って室温の調整。水、保冷剤の活用。暑い日中の外出は避ける様にしましょう！

♥続・続・育ってます！裏の畑♥

七夕の飾りつけの様子です☆



ひと月でアツという間に大きく育ちました！(^o^)



皆で星に願いを！！



トマトチェック中！



いんげんも花盛り❀



今年も行ってきました！  
菖蒲園散歩

素敵な笑顔♥



平成26年7月7日

編集発行 さわやか