



ユーアイ帆っと センターだより



第54号
2020
8月1日発行

今年の夏は **熱中症** にご注意を!



◇こまめに水分補給

のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給をしましょう。カラダに必要な水分の補給を我慢することは、非常に危険です。

◇エアコンを上手に利用

エアコンや扇風機の温度設定や風向きを調整するなど工夫をして、体を冷やしすぎず快適に過ごしましょう。

熱中症患者のおよそ半数は高齢者（65才以上）です



◇暑さに強いから大丈夫は×

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚機能が鈍くなります。室内でも温度や湿度の上昇には気をつけて、暑い日は無理をしないようにしましょう。

◇夜も注意が必要です

熱中症は、室内や夜間でも発生します。エアコンを使用したり、すだれやカーテンで直射日光を遮ったり、換気をして部屋に熱がこもらないように心がけましょう。

環境省熱中症情報に関するホームページより抜粋 <http://www.wbgt.env.go.jp/>

◇「夏休み子ども教室」

今年はコロナウイルス感染症拡大防止の為、中止いたします。
来年はリニューアルして開催の予定です。

◇8/10（月・祝）は、施設のメンテナンスのため、
終日休館いたします。



2階 帆っとスペースのご利用について

マスク着用
手指消毒に
ご協力ください



新型コロナウイルス感染拡大防止のため、2階帆っとスペースではソーシャルディスタンスをとっており、イスの移動はできません。また、食事はできませんのでご注意ください。長時間利用される場合は、交流スペース（有料）の利用をご検討ください。

高砂市ユーアイ福祉交流センター

指定管理者 国際ライフパートナー(株)

〒676-0023 高砂市高砂町松波町 440-35
TEL 079-441-8948 FAX 079-441-8910
<http://www.takasago-yu-ai.com>

- ◆山陽電車 高砂駅から西へ徒歩 10分
- ◆じょうとんバス ①系統（高砂～ふれあいの郷生石線）
ユーアイ帆っとセンター下車
◆第2 神明加古川バイパス 加古川西インターより南へ 15分