

# たんぽぽ

## 休日営業

7月1日（土）

第10回あじさい祭りに参加予定でしたが、雨天中止となった為、園内余暇でカラオケを楽しみました。カラオケでは1人4曲を歌いました。音楽に合わせて体を動かす方や、マラカスを振りながら手拍子をする方もいました。昼食はマクドナルド、すきや、ケンタッキーに向かい、ドライブスルーで好きな物を注文して食べました。



7月8日（土）

クリーンハイキングでは、のぞみの園周辺地域と、空の駅風和里しばやまでごみ拾いを行ないました。昼食は風和里しばやまでお弁当等を購入して食べました。日差しが強いなかでの作業でしたが、雨が降ることもなく、良い天気の中でクリーンハイキングを行なうことができました。園内作業では、ボルトの組み立てや教材リサイクルを行ないました。皆さん、一生懸命に作業に取り組んでいました。昼食はくるまやラーメンで好きな物を注文して食べました。



7月17日（月・祝）

ナイトキャンプでBBQ、カラオケ、花火を行ないました。カラオケでは、皆さん楽しく歌い、タンバリンやマラカスを振って盛り上がっていました。BBQでは、職員が鉄板でお肉や焼きそば、フルーツを焼き、皆さん美味しそうに食べていました。その後は手持ち花火を行ないました。様々な種類の手持ち花火を楽しみ、とても盛り上がりました。



# 熱中症について

7月に入り、暑さが更に厳しくなってきました。年々、気温が上がり日差しも強くなっていると感じます。

ニュース等でもよく取り上げられていますが、熱中症の症状、万が一症状が見られた場合の処置、緊急時の対応について記載します。また、熱中症予防の取り組みについても確認ください。

当たり前のことでも意識して取り組むことで熱中症予防につながります。今年の夏も無理をせず乗り切りましょう！

## ・熱中症症状

立ちくらみ、筋肉のこむら返り、身体に力が入らない、ぐったりする、意識がおかしい、けいれん、まっすぐ歩けない、体が熱い、嘔吐、吐き気

## ・処置

全身の冷却

水分補給、ポカリなどの電解質の含む氷を食べさせる

衣服を脱がす、ベルトや下着を緩めるなどをして、身体から熱を逃がす

冷水をかけ、うちわや扇風機で体を冷やす

氷のうを首の両脇、脇の下、太腿の付け根にあてる

## ・緊急搬送が必要な状態

呼びかけに反応しない

意識がもうろうとしている

歩けない

水分が取れない

顔面蒼白、ぐったりしている

看護師さんから  
アドバイスを  
いただきました！！



## ・熱中症予防について

暑さを避ける（扇風機やエアコンの活用、日陰の活用や休憩をこまめに取る）

こまめな水分補給（室内、外出時に関わらず、のどの渇きを感じていなくても

こまめに水分・塩分の補給をする

\*OS-1は熱中症などの「病者用食品」として有効です。こまめに少量ずつ摂取しましょう。

\*一般的なスポーツ飲料（ポカリなど）は日常の発汗時の水分補給に有効です。

8月の予定

20日（日）休日営業

