



小鑑第4.16.19 仮設だより

- 6月7日(火) 健康相談 (予防医学協会)
11:00~12:00
- 8日(水) 生協 ふれあいサロン
10:00~12:00
- 23日(木) 県教委による健康体操
10:30~11:30
- 28日(火) 楽しく体操 (包括センター)
13:30~15:00
- 30日(木) お茶っこ (カラス大榎)
10:00~12:00



「熱中症」は6月から9月頃にかけて発症する事が多く、これからの梅雨時期は気温が30℃未満でも、湿度が高い時は注意が必要となります。食事をしっかりとり、早寝・早起きをして、朝夕の涼しい時間に体を動かす習慣を身につけて、暑さに負けない体力作りをしていきましょう。

5月は県内各所で警察官を名乗る「還付金詐欺」の事件が発生しました。身に覚えのない請求や還付金等の不審な電話があったら指示に従わず警察署に連絡して下さい。

支援員より