

西綾瀬だより

西綾瀬在宅
サービスセンター

今月のナイスショット!



運動会にて
甘いアンパン目指してガンバレ!



熱中症にご用心!

暑くなると、「熱中症」で
救急搬送される高齢者が増
加します。熱中症と聞くと外
で発生するように思われが
ちですが、半数以上が室内で
発生しています。

特に高齢者は、
体全体が慢性的



《介護教室・介護予防教室のお知らせ》

介護予防教室

「高齢者の交通安全について」

～綾瀬警察署をむかえて～

日時： 7月23日(水)
午後2時～3時



場所： 西綾瀬在宅サービスセンター
デイルーム

講師： 警視庁 綾瀬警察署
交通総務課 安全教育係

参加費： 無料

◎開催場所・お問い合わせは…

地域包括支援センター西綾瀬

(足立区西綾瀬3-2-1)

TEL 5681-7650



な水分不足の状態になって
いるので、こまめな水分補給
が必要です。トイレが近くな
るからと水分を控える方が
いますが、カフェインの入っ
ていない麦茶を飲むなどし
て水分を取る工夫をしまし
よう。(緑茶やコーヒー、ウ
ロン茶などはカフェイン
が入っているので利尿作用
があります)また、室内の環
境も気を付けましょう。室温
だけでなく、湿度にも気を配
りましょう。湿度が高いと、



今月のお誕生者

六角	河野	北村	石塚	小林	本田	栗原	小林	大山	林
様	様	様	様	様	様	様	様	様	様
九十六歳	九十三歳	九十三歳	九十一歳	八十六歳	八十一歳	七十九歳	六十九歳	六十八歳	六十五歳

おめでとうございます!

面自なぞなぞ

問題

高校3年生の兄と中学3年生の弟が喧嘩をしました。勝ったのは兄と弟のどちらでしょうか?

