

# 「ほっとぴあ」の1か月

## 令和4年6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			創作	空飛ぶ座布団		
5	6	7	8	9	10	11
	3A/紙芝居					
12	13	14	15	16	17	18
	レッドコード			回想法		
19	20	21	22	23	24	25
		カラオケ				
26	27	28	29	30		
	ペアマッチ/すき焼きゲーム					

### 『気づきにくい梅雨時期の熱中症』

6月といえば梅雨の季節です。梅雨の時期から気をつけていただきたいのは熱中症です。この時期は湿度が高いため、汗が蒸発しにくく体内に熱がこもりやすくなっています。また身体が暑さに慣れていないため、体温調節する準備が不十分となっているのも症状を引き起こす原因の一つです。こまめな水分補給を心掛けてください。



「見学」や「お試し体験」など随時受け付けております、お気軽にお問い合わせください。

電話98-3924