



## 特別養護老人ホーム 三愛園



### 「しおかぜ」だより 令和2年7月号

夏の訪れが待ち遠しい梅雨の時期ですが皆様はお健やかに過ごしのことと思います。

少しずつ日常が戻っておりますが、いまだに新型コロナウイルス（COVID-19）の影響で面会が思うようにいかずご迷惑をお掛けしております。皆様も引き続き手洗い・うがいに努めて予防を行っていきましょう。マスク着用の際にも熱中症に注意してお過ごしください。

・暑さを避ける・エアコン使用中もこまめな換気を行う・喉が渇いていなくても水分補給を行う（1日当たり1.2リットルを目安に、汗をかいた際には塩分も忘れずに）・暑さに備えた体力作りと日頃から体調管理を行う

熱中症対策として2メートル以上の間隔が確保できる場合はマスクを一時的にはずして休憩することも必要とされています。外出時は暑い日や時間帯を避け、涼しい服装を心がけましょう。（厚生労働省HP参照）

さて、今回高校野球甲子園は中止になりましたが、宮崎高野連は、独自の代替大会「宮崎県高等学校野球大会2020」が開催されるとの事で私もとても楽しみにしています。小さな楽しみを糧に頑張ってください。長文になりましたが最後までご覧くださりありがとうございます。

#### 《避難訓練》



#### 《紫陽花作り》



父の日の花束を  
贈呈しました☆



#### 《カラオケ大会》

