

発行日 平成29年6月25日



6月は新設された
士幌町の道の駅へ
いってきました～!

道の駅は広くてびっくり!!
買い物を楽しむ方もいました!



士幌町道の駅ピア21



おいしいソフトクリームに
笑顔があふれます♡



募集!

行きたい場所ややりたいこと募集!
またお出かけしましょ!!



室内熱中症に

ご注意を!



室内でも熱気や湿気がこもりやすいところは要注意!
室内で発生する熱中症も近年増加しています。



高齢になると喉の渇きを感じにくいので、
こまめに水分の補給を! **水など摂取が難しいときはゼリーやかき氷も◎**

涼しい服装をしよう



バランスのよい食事で
体調をととのえよう



こまめな水分補給

