

令和5年5月号 Hello!ふぁみりいだより

五月に入り、すでに汗ばむほどの暖かさが続いています
が、いかがお過ごしでしょうか？今年暖くなるのが早く
今後の気温の高まりが心配されます。

熱中症は夏に起こるものと思っている方が多いのでは
ないでしょうか？実は熱中症は梅雨入り前の5月頃から発生
します。特に5月はまだ汗をかくことに体が慣れていないた
め、急に気温が高くなると発汗がスムーズ
にいかず熱中症のリスクが高まります。
熱中症の対策に、十分な睡眠、こまめな
水分補給、衣類の工夫などとして、これか
らの季節を元気に過ごしましょう！



ボランティア大募集中！！

ただいまボランティアさんを募集中です。配膳、活動の補助、傾聴のボラン
ティアなどです。お問い合わせは安藤まで

有限会社ナイスケア デイサービスふぁみりい
〒169-0075 東京都新宿区高田馬場4-31-10 FLAT MELS 1階
TEL03-6279-3460 FAX03-6279-3461

4月の活動報告

魚釣りゲームで楽しみました



4月お誕生日の方

