

江戸川みまもい隊だより

"江戸川みまもり隊は、今日もまちを歩く"

第55号 平成28年7月1日

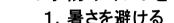
人と人のつながりを求めて"

- 平成28年度第2回地域交流会について
 - 1. 日 時 7月6日(水)10時~11時
 - 2. 場 江戸川コミュニティ会館(江戸川2丁目) 所
 - 3. 参加者 地域の方、江東園養護老人ホームの方、江東園保育園児など
 - 4. 内 容 盆踊りの練習など (7/16江東園夏祭りに向けて)

皆様のご参加をお待ちしています!



今年は予報によると例年よりも暑い夏になりそうです。 6つの予防ポイントを守ろう!

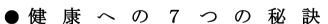


- 2. こまめな水分補給
- 3. 涼しい服装
- 4. 急に暑くなる日に注意
- 5. 暑さに鍛えた体力づくり
- 6. 体調に合わせて行動する



中症にご用心!





- 1. よく噛んで食べる
- 2. 毎日必ず外出する
- 3. 多くの食材を食べる
- 4. 社交的な生活を送る
- 5. まめに手を洗って清潔に保つ
- 6. 規則正しい生活のリズム
- 7. マージャンなどゲームをする





江戸川みまもり隊事務所

江戸川区江戸川 1-46 (社会福祉法人 江東園となり) 介護のご相談は江東園熟年相談室へ 03-3677-4631

「地域のお茶の間」 今月は"ゲームなど"です。 7月27日(水) 10時~15時 みまもり隊事務所 皆様のご来場をお待ちしています。

> <連絡先> 代表 伊久美 明