

6月27日にわずか21日で梅雨明けとなった信州。1951年の統計開始以降最速で、平年より22日、昨年より19日早いそうです。「梅雨明け十日」という言葉がありますが、梅雨が明けた後の10日間は安定した晴天が続く事を言います。この時季は日本列島が太平洋高気圧に広く覆われ、一気に暑さが本格化するそうです。

近年、夏の暑さが厳しさを増していますが、今年度は異例の早さで梅雨明けとなった事からも熱中症には十分注意が必要です。水分と塩分をこまめに補給し、睡眠と休息を十分にとって体調を維持する事が熱中症予防の基本となります。「暑さをしのぐ」という感覚ではなく、「命を守る」という意識を持ち、梅雨明けの猛暑を乗り切りたいと思います。

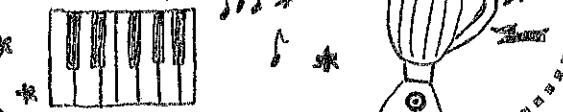
(百瀬 亜弓)

こもれび班

先週は30°C超える
今週は35°C超える
暑の中みんなこまめに
水分をとりながら歩行やお
仕事頑張っています
(金)はカラオケ企画があり
歌って楽しく暑さをふきとば
しました。⑥

すまいる班

今週すまいる班ではレクリエーションで
「この音は何でしょう?」という音当てクイズを行いました。皆で耳を澄まして渠や
おもちゃ等の音色からあれかな?これがな?と想像を膨らませ答えを導きだしました。
馬鹿樂器のある者やそぞろ音と様な
音色がありましたが、すまいる班の
尚壳道具であるミキサーの回る音が鳴ると
1年間の反応が良く全員で正解を答えて
くれました。



ねくすと

「37°C?え、体温じゃなくて気温なの?!」

とく暑さの中、物販販売の1回目の仕分け作業をしました。

汗をふきながら(休みながら)がんばりました!!

そして、木曜日からは配達へ。コロナのレベルが下がったため。

なかまもぱりきて参加してくれました。ご

あと2回の作業も体調に気をつけ、がんばります!

