

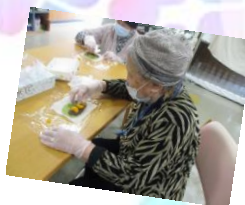
# 大森だより



R3. 7月号 No.83



## 水無月会



水無月会では、お菓子作りを行いました！生地をクッキングシートに上手く伸ばし、ホットプレートで焼き、焼けた生地にあんこやフルーツなどをトッピングしていただきました☆  
「おいしかったよ～」とみなさんペロリと召し上がっていただきました♪喜んでいただけたようでよかったです！

## モグラ叩き



10個の紙コップを1から順番に重ねていき、どちらが先に正確に重ねる事が出来るかを競いました！焦ってしまう方も多く、大笑いでした☆

## 大森畑



今年も畑が始まりました☆ トマトやきゅうり、ナスにシソ、そしてトウモロコシを植えています！みなさんのご指導のもと頑張りたいと思います♪

## 今月の壁画

### 6月はあじさい♪



みなさんには、あじさいの花を作っていました！カエルもいて、すっかり梅雨の気分になりますね～！  
じめじめに負けずに過ごしましょう☆



## 今の特集～熱中症について～

**熱中症**は梅雨明けの蒸し暑く急に気温が高くなる7月から8月にかけて、救急搬送者数や死亡者数が急増します。熱中症は周りの温度に体に対応する事が出来ず、**体内の水分や塩分のバランスが崩れ**や、**体温の調節機能がうまく働かない**ことなどが原因で起ります！そして最も注意が必要なのが**高齢者**です。加齢により体に水分を蓄える力が減るのに加え、喉の渇きを感じる感覚が低下して水分補給が遅れたり、体の不調を自覚しにくくなります。さらに加齢に伴い**心臓や腎臓の機能が低下している**ことも多く、水分の出入りを調節する能力も衰え脱水症状を起こしやすいのも一因です。熱中症は重篤化する場合があるので決して油断しないようにしましょう！！