ラクティは地域に愛される事業所を目指し頑張っていきますので、何卒よろしくお願い申し上げます。

2022年7月1日号

ラクティだより

～熱中症予防×コロナ感染防止～

熱中症を防ぐために屋外ではマスクをはずしましょう

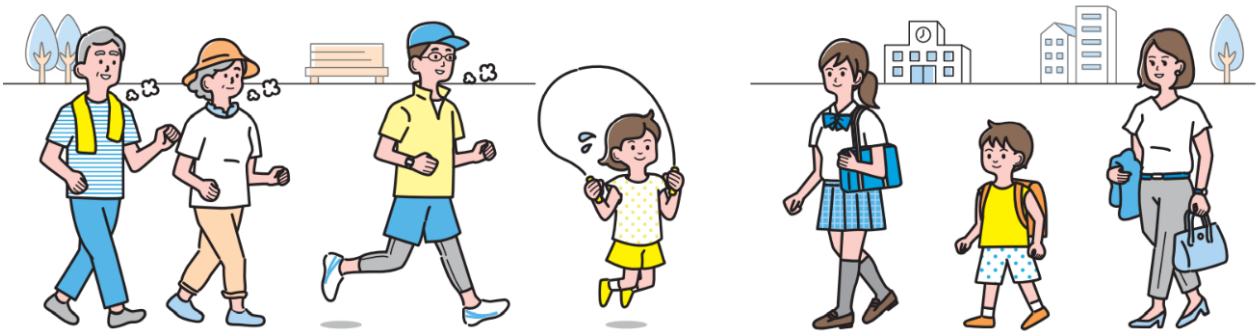
随分暑くなってきましたね。新型コロナの心配はありますが、熱中症の危険も高い時期です。厚生労働省は６月、新型コロナ対策をふまえた熱中症予防に関する考え方をまとめました。参考にし夏を元気に乗り切りましょう。

屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります

特に運動時には、忘れずにマスクをはずしましょう

屋外での散歩やランニング、通勤、通学等も

マスクの着用は必要ありません



- 人との距離（2m以上を目安）が確保できて、会話をほとんど行わない場合は、マスクを着用する必要はありません。
- マスクを着用する場合でも、屋内で熱中症のリスクが高い場合には、エアコンや扇風機、換気により、温度や湿度を調整して暑さを避け、こまめに水分補給をしましょう。

詳しくはこちらをご覧ください　外部リンク「厚生労働省　マスク着用について」→

恵理の らくらくクッキング

たたきキュウリ

旬のキュウリをたっぷり使った簡単料理です。カリウムが豊富で高血圧予防効果が期待できます！

【材料】
- キュウリ　１本
- すりゴマ・かつお節・ポン酢　各大さじ１
- 砂糖　小さじ 1/2

① **キュウリは綿棒などで叩き、手で一口大に割く**
② **ボールに調味料を混ぜ、キュウリをあえる**
③ **お好みで大葉・ゴマなどをトッピング**
※塩分等医師の指示があるかたは医師の指示に従ってください

Let's 脳トレ！

言葉の間違いを直しましょう

①雪辱を晴らす

②一信不乱

③純心無垢

④眉をしかめる

答はこのページの下です

美樹の おススメ便利グッズ

明治アクアサポート

塩味が強く飲みにくい印象の
経口補水液ですが、さわやかな
リンゴ風味で美味しいのが特徴です。
毎日飲むというより、汗をかいた時
のために家に常備しておくことを
お勧めします。

塩分等の摂取制限をされている方は医師等にご相談ください

500㎖×6本セット

1080円（税込）

ご注文はラクティスタッフまでお申し付けください

編集者Aのひとりごと

６月は来年以降に向けて、様々なセミナーや研修会に参加した１カ月でした。どこの介護事業所も、採用難や続く新型コロナの影響下において多くの取組みをされ、地域社会に貢献できる企業づくりに向け試行錯誤されているのを実感しています。

当社でも今後、新たなチャレンジをしていきたいと考え、多くの職種で新しいスタッフを募集しています。すでに入社が決まったスタッフも数名おり、新しい風が吹いてくるのが皆とても楽しみにしているところです。たくさんの素晴らしき出会いに感謝の毎日です。

Let's 脳トレの答え　①雪辱を果たす　②一心不乱　③純真無垢　④顔をしかめる

for everyone's active life
すべての人の　いきいきとした　暮らしのために

家電販売　訪問介護　障がい支援　福祉用具　デイサービス　住宅改修・リフォーム

有限会社　あい　住所：大泉町坂田2-12-2　電話：６３-３３７１

ラクティ　住所：大泉町日の出１-１０
ケアステーション　ラクティ（福祉用具、リフォーム）　電話：５６-９２３７
ケアステーション　ラクティ　日の出（訪問介護）　電話：５５-４２０３
デイフィット　ラクティ（デイサービス）　電話：５５-４２０４

HP：http://ai-kaden.jp/
ブログ

社長ブログ始めました♬　覗いてみてくださいね

lactie
for everyone's active life