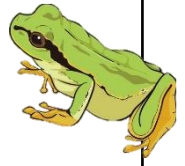


# むつみ荘だより



2024年5月 第313号



医療法人社団 なごみ会 老人保健施設 あさぎりむつみ荘  
〒673-0852 明石市朝霧台 1120-4 TEL (078)911-0623  
なごみ会ホームページ <http://www.nagomikai.or.jp/>

はや 熱中症対策が必要

## 暑熱順化

本格的 暑さ前に 早め対策で 熱中症ゼロへ!



医療法人 なごみ会  
理事長 横山 光昭

5月5日は「立夏」。暦上で“夏の始まり”となり春分と夏至の中間位置。処が 四季がなくなり夏冬二季となっています。此の処 天候も安定せず寒暖差大きく、虚弱高齢者には堪えません。年々 暑さの早期～酷暑化が進む中、日本気象協会は本格的な暑さを迎える前からできる熱中症対策として、暑さに強い体づくりの重要性を訴えています。

はや 熱中症対策が必要か。今年は 4月24日～10月23日迄『熱中症警戒アラート期間』。在宅でも高齢者は熱中症に罹患するため周囲より充分に対応して注意してあげて欲しい。