



PENTARO

令和3年7月27日

院長 三和 拓人

～熱中症にお気をつけください～

いよいよオリンピックが始まりました。紆余曲折を繰り返し、ようやくここまでたどり着いたと安堵しております。日本は開幕早々金メダルラッシュと幸先が良いのですが、日本に限らず世界中の選手の皆様が、日ごろの血のにじむような努力の成果がいかに発揮出来る事を心より祈って応援しております。

さて、今月も熱中症について述べさせていただきます。非常にわかりやすい「熱中症予防の5つのポイント」がまとめてあったので載せます。

**熱中症予防
5つのポイント**

- 高齢者はエアコンを上手に**
Illustration: A penguin sitting under an air conditioner with a speech bubble saying '上手に' (Skillfully).
- 暑くなる日は要注意**
Illustration: A penguin looking at a weather forecast on a screen and thinking about a sun icon.
- 水分はこまめに補給**
Illustration: A penguin drinking water from a bottle, with a crossed-out beer mug next to it.
- 「おかしい!？」と思ったら病院へ**
Illustration: A penguin standing next to a hospital building.
- 周りの人にも気配りを**
Illustration: Two penguins, one looking unwell, with the text '埼玉県マスクトコレクション' (Saitama Mask Collection) below.

8月上旬に入ると花形のマラソンやトラック競技含め屋外での陸上競技が始まります。選手の皆様も熱中症には十分気を付けてください。日本の夏は暑いですからね。



お盆休みのお知らせ

	8/11 (水)	8/12 (木)	8/13 (金)	8/14 (土)	8/15 (日)	8/16 (月)	8/17 (火)
AM	○	○	×	×	×	×	○
PM	○	×	×	×	×	×	○

熱中症に気をつけてたのしい夏をお過ごしください



各務原市那加桜町 2 - 368 TEL 058-383-6800

三和皮フ科HP : <http://miwahifuka.org/>