

# 南部支部だより

2024年  
7・8月号

## 猛暑の夏を迎えます！お身体を大切に

皆様 いかがお過ごしですか。  
毎日、夏日と雨と湿気で気分が重い日が続いています。

また今年の夏は全国的に気温が高く、猛暑が予想されるそうです。

子どもは発汗調節が弱く、高齢者は身体に水分が少なく、喉の渇きが鈍いため、水分はこまめに取りましょう。



一日最低体重×30を目安に、発汗時はお茶だけでは塩分が足りないので、熱中症予防ドリンクを作って、持ち歩きましょう。

500CCの水に対して

ハチミツ大さじ1 糖分は効果が速い  
レモン汁 // 1 ビタミンCは疲労回復  
塩 1.5g 発汗ない時は半分

支部長：武田 春代

## 南部支部総会を行いました

5月25日、岡田事務所において、南部支部総会が開催されました。

参加者は8名で、今年の目標は、組合員増やし10名と、出資金増やし20万円です。皆様のご協力をお願い致します。

また平和病院から、田原介護部長さん、5病棟（緩和ケア）の師長さんが参加されました。

支部長には引き続き武田春代さんが選出されました。

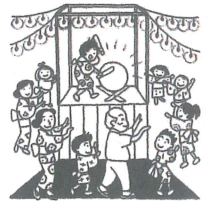


## 「上之町夏まつり」 にご参加下さい！

南部支部は、健康チェックで参加します。

医療生協から看護師さんも来てくれます。

皆様のお越しをお待ちしています。



日時：7月27日（土）  
午後5時～

会場：上之町北公園

支部運営委員、手配りさんを募集しています。ご協力をお願いします。