

# 小鍬第7仮設便り

支援員の盆休み  
8/12～8/14

夏はやっぱり暑いです。冷たいものばかりで体調くずしていませんか？  
クーラーを上手に使って今年の夏もがんばりましょう。



7/3 駒 幸夫ライブ  
みなさん乗りにのりまくりました  
駒さ～んまたきてね～



## 8月のイベント予定

- 針きゅう(当日予約可)
- 8/3(土) 9:00～
- 8/4(日) 9:00～
- 8/6(火)バプテスト  
ハンドベル 14:30～
- 8/7(水)バプテスト  
学習支援 13:30～
- 8/8(木)ビリケンさん  
ミニコンサート10:30
- 8/21(水)バプテスト  
お茶(草刈り)10:30～
- 8/23(金)愛知学院大  
球根植え 13:00～
- 8/24(土)カリタス  
子供のイベント11:30
- 8/25(日)ぐるっと大槌  
思い出品返還10:00～
- 8/29(木)バプテスト  
キッチンカー 14:30～

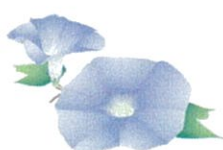


7/4 日本バプテスト連盟  
手帳のカバー作り  
外にはキッチンカーが来て  
くれました。コーヒーおいし  
かった。



人間は  
努力する限り迷うものです。

いのちのよびこえ



## 暑さに馴れない つゆ明けが危ない！

※熱中症の主な原因は「脱水」。脱水を防ぐには水分補給が大切、というのは分かっているけどどんな水を飲めばいいの？  
ボーとする、めまいがする、足がつる、等の状態は、脱水により水分と電解質が足りなくなっているサイン。涼しい所に移動して体を冷やし電解質入り飲料を飲む。(スポーツドリンク等)

注意

※持ち歩きに便利な塩飴は水分が無いので、いくつも食べると、体内のイオン濃度が濃くなり逆に脱水を招くことがあります。水分もたっぷり飲むこともわすれずに。汗をかく体作りと、正しい水分補給で、この夏を乗り切りましょう。

注意

※熊があちこちで目撃されています。注意しましょう。

※七夕の短冊へ書き込み、飾り付け、ごろうさまでした。  
お預かりした短冊は(川に流せないの)小雨の中、みなさんで燃やしました。～みなさんの願いが届きますように～