

チームブルー地域活動支援センター

〒239-0842 横須賀市長沢1-13-3 2F

開所時間(火)～(土)10時～16時 電話046-874-6003



熱中症対策をしましょう

暑い季節がやってきました。
皆さん、いかがお過ごしですか？



熱中症予防対策をしていきましょう。

①暑さを避けましょう。

- ✿ 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- ✿ 外出時の日傘や帽子の着用
- ✿ 保冷材や冷たいタオルで体を冷やす
- ✿ 吸湿性・通気性の良い衣類の着用
- ✿ 天気の良い日は、日陰利用・こまめな休憩

②こまめに水分補給しましょう。

室内でも、外出時でものどの渇きを感じていなくても、こまめに水分・塩分などを補給する。



地活に来所の際は、
ゆっくりと涼んで
お過ごしください。



[お部屋を心地よくしてお待ちしています♡](#)



★北川ドクターの

ワンポイントアドバイス★

<自由な意思はあるのだろうか(3)>



ビールを飲んで気持ちが大きくなって、ムシャクシャしてきます。自分でも気が付かないうちに、とうとう他人のものを壊したとしましょう。アルコールを飲んでわけがわからなくなって、人の物を壊したときに責任を問われるのでしょうか？

刑法では、行為(破壊行為)と意思(破壊意思)が同時に存在することを、罪に問うための要件にしています。今回の場合、何をしているかも理解しないまま、破壊行為を行っています。どうなりますか？

著者プロフィール

北川年一先生

東京大学医学部卒業

津久井浜クリニック元院長

福井記念病院 院長補佐

医療法人財団青山会副理事長



★昼食支援 火・金曜日予約時間★

- ・火曜日はブルーシーズのカレー(200円)
- ・金曜日は、おまかせ丼(無料)

予約とキャンセル

カレーは前の週の土曜日17時まで

おまかせ丼は前日の17時まで

に連絡をお願いします。



★お弁当について★ (期間限定)

水曜日は【はるかなキッチン】**無料です。**

8月から木曜日【キッチン彩】**無料です。**

予約・キャンセルは前日の17:00
までをお願いします。

※お弁当は**第5週まで注文可能。**

※土曜日のお弁当注文はありません。



★茶話会のお知らせ★

8月14日に茶話会を行います。

自由参加です。気軽にご参加ください。
参加に向けて、何か聞きたい事や
不安な事は職員に声を掛けて下さい。

