



暑中お見舞い申し上げます。



暑い日が続いておりますが、お変わりなくお過ごしですか？



- 1 日 水の日
- 2 日 青森ねぶた祭
- 3 日 秋田竿燈まつり
- 6・7・8日 仙台七夕まつり
- 11日 山の日

しおい 8月行事予定

- ・しおい学校
- ・書道教室
- ・カラオケ大会
- ・体操クラブ
- ・夏祭りお楽しみ会
- ・その他

など乞うご期待

書道教室始めました。

デイの無料体験実施中
昼食代も無料です！
 曜日・時間など相談承ります。
 お問い合わせお待ちしております！



豆知識

日頃からこまめな水分補給を

のどが渇いていながら、汗をかいていながら大丈夫と思いがちですが、すでに体液が減少している場合も。いつもより尿の色が濃く、量が少ない場合はすでに体内の水分不足が起こっています。

のどが渇く前からこまめな水分、塩分補給が脱水症、熱中症には大切です。

熱中症の発生は、当日の水分塩分不足だけでなく

数日前からの不足が原因で発生します。

常日頃から水分と塩分の補給を心がけましょう。



体験・施設見学・ご相談のお問い合わせは…

〒 985-0087 塩竈市字伊保石30番地2

☎ 022-361-1116 fax 022-361-9777