

ボランティア通信6月号

2024/5/25（毎月25日発行）



今年は梅雨を飛ばして夏になったような日があったり、蒸し暑く、鬱陶しい日が続いたり、なんだか気が滅入ってしまいそうです。みな様は体調など崩していませんか？気温や湿度が高くなると食中毒が増えてきます。予防で大切なのは「手洗い・うがい」です。他の病気の予防にもなるので丁寧に行いたいと思います。また、じめじめ・ムシムシしてくると食欲も落ちてきます。食事は心身ともに健康のためにとっても大事なことです。さっぱりしたものやカレーなど香辛料の効いたものを食べてこの時期を乗り切りたいですね。熱中症も晴れて暑い日だけではなく、曇りや雨の日でも注意が必要です。十分な水分補給や熱こもらないよう服装にも気をつけましょう。



お知らせ

先月号でもご案内いたしました「ボランティアミーティング」についてですが、下記日程で決定いたしました。

開催日 6月30日(日)午後2時から3時

場 所 真岡市立図書館 2階会議室

出欠のお返事は6月14日(金)までをお願いいたします。

出欠に関係なく皆様全員返信をお願いします。

また、活動回数に関係なく多くの方に参加していただければと思っています。ミーティングは活動について意見交換をする場であり、普段なかなか一緒に活動をする事のないボランティア同士の親交を深める場です。この機会にいろいろな方とお話をしてほしいと思います。お忙しいとは思いますが、ご協力よろしくお願いいたします。

