

今年の夏はどうなる??

6月26日に観測上、最も遅い梅雨入りが発表されました。気象庁の予想でも6月は少雨、7月・8月は多雨と言っていたので、「予想通り」に進んでいることになるのでしょうか・・・
今後は雨が続く??のかもしれませんが。

また、年々、気温が高くなっているように感じます。「昔は冷房なんて使わなくても涼しく過ごすことができた」「冷房はもったいなくて・・・」と、エアコンを使用せずに過ごされる方もまだ少なくありません。

先程もありましたように、「年々、気温が高くなっている」ため、冷房などを上手に使い、快適な夏を過ごしたいものです。

涼しい部屋で快適に過ごそう! ★エアコン活用法★

1. 室温25~28度、湿度55~65%に
適温の感じ方は人それぞれです。快適な温度で過ごしましょう。

2. 寝ている間も冷房をつける
夜間の気温が25度以上の熱帯夜の時や、暑く寝苦しく感じる時などは冷房を活用しましょう。

3. 風向きは水平か上向きに
風が直接身体に当たると、体温が奪われ冷えの原因になります。

4. 扇風機と一緒に使う
冷房の吹き出し口近くに扇風機を置き、部屋全体に冷たい風を送りましょう。扇風機の風も身体に直接当たらないようにしましょう。

月刊デイ参照

★おしらせ★
お盆は通常通り営業いたします

らく元通信

令和元年
7月号
VOL.86

やわらか脳
トレーニング

漢字バラバラ

パーツを
組み合わせると
二字熟語?

斤斤辺

<先月の答え>

「港町」
でした★

田植え

レクリエーションで田植えゲームを行いました。「みなさん昔を思い出し・・・」との声かけに、「はいはいはい!」と慣れた手つきで田植えが進みました。秋には収穫があるかも?お楽しみに♪

ひまわりの飾りができました~

折り紙のパーツ作りから組み立て、貼りつけまでみなさんのご協力の元涼しげな壁飾りが完成しました

お誕生日

おめでとうございます

6月に誕生日を迎えられる方は、1年で最も多いです! 誕生日会のおやつは、10個の卵を使った「ふんわりしっとりフレンチトースト♪」

みなさまにとって、
素敵な1年でありますように

<先月の答え>

「港町」
でした★