

てらもと医療リハビリ病院

通所リハビリ便り

令和7年7月号

父の日

コーヒーゼリー

メッセージカード



7月は熱中症予防に注意が必要な時期です。こまめな水分補給と、暑さ対策が重要です。また、食中毒にも注意しましょう。

熱中症：水分補給。室内の温度24℃～28℃（目安）。

栄養をしっかりと取り、適度な運動を行いましょう。

食中毒：食材の鮮度確認、冷蔵庫や冷凍庫を適切に使いましょう。

食中毒の原因となる微生物を殺菌する適切な加熱を心掛けましょう。

