

月	火	水	木	金	土
<p>熱中症は6月も特に注意が必要です。梅雨の季節は気温だけではなく、湿度も上昇します。体も暑さに慣れていないため、体温調節がうまくできなくなります。暑さを感じなくても、湿度の高い日は部屋の空気の入替えをする、締め付けない衣服にするなどの工夫が大切です。エアコンも上手に利用することも重要です!!</p>					<p>1</p> 
<p>3</p>  <p>楽しみながら 運動しよう!</p>	<p>4 5 6</p> <p>運動レク週間</p> 		<p>7</p> <p>春の大運動会</p> 	<p>8</p> 	
<p>10</p>  <p>香りのお風呂</p>	<p>11 12 13</p> <p>「どくだみ湯」</p> 			<p>14</p> 	<p>15</p> <p>10日から15日まで行います。</p>
<p>17</p> <p>日頃の感謝を込めて</p> 	<p>18 19</p> <p>父の日お茶会</p>		<p>20</p> 	<p>21</p> <p>ショッピングデー ダイソー安原店</p> 	<p>22</p> 
<p>24</p> <p>道の駅めぐり 「碓ヶ関」</p> 	<p>25</p> 	<p>26</p> <p>避難訓練</p> 	<p>27</p> <p>支那そばの日</p> 	<p>28</p> 	<p>29</p>