

と考えております

冬休み前にも実施したい

防災について見直しましょう!

9月1日は防災の日です。昨年に引き続き「盛岡市シェイ クアウト」に参加いたしました。それに合わせて備蓄品・防 災機材の確認も実施しました。

が重要です。

う定期的に実施しておく事

地内の整理整頓をしておく 今の異常気象に備えてご自 の意味もあるそうです。 にあたるという、もう一つ 台風シーズンを迎える時期 9月1日という日付には

DROP!

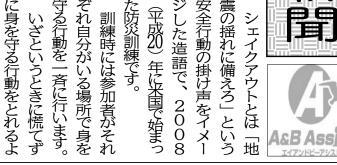
症を招きやすくなります。

pixta.jp - 64386861

感が増大し、

かくたびに血液中のミネラ 量に汗をかくことになり、 がすことができないため大 があります。熱をうまく逃 て蒸発しにくいという特徴

ル分が失われるので、







を逃がしてくれます。

します。



ク岩手さまへ寄贈いたしま

した。食品の値段が高騰し

ている最中、

夏休み前の需

イブを実施し、

フードバン

7月24日社内フードドラ

豆 乳を飲もう

器官が必要となり、 温に弱く、 発達しました。 を放散する特別な体温調節 守るため、 います。 続いて沢山汗をかいてしま 今年の夏は特に暑い日が 人間の脳細胞は高 その脳を熱から 暑い時に体の熱

ことができ、大変喜んでい 要が高まる時期に寄付する

ただけました。

発しやすいのが特徴で、 サラしてにおいがなく、 ない量でも効率良く体の熱 【良い犴】 水のようにサラ 悪い汗」があります。 その汗には「良い汗」



動かない

んでいるため、

【悪い汗】ミネラル分を含

HOLD ON!

COVER!

【失われた栄養補給】

は別に補給することをお勧 リウムの含有量が少ないの まれています。ただしナト ざまなミネラルや鉄分が含 には「豆乳」を飲むのが良 シウム、鉄分など)を補う ウム、カルシウム、 いそうです。豆乳にはさま た栄養(ナトリウム、 「悪い汗」をかいて失われ 大量に汗をかいたとき マグネ カリ

9月を過ぎましたが、まだまだ 暑い日がつづいています。 熱中症には十分注意しましょう **今月中は熱中症予昉グッツ** をご用意しております。