



いきいき通信

(社)内灘町シルバー人材センター

2011.7

夏やわあ！！毎日暑いですが、会員のみなさん
！お元気ですかあ？暑てイヤーなるけど、夏や
もんしゃーないわあ・・・ということで、汗か
いて、うまいもん食べて、グーッと寝て、毎日
を過ごすしかありませんね。無理せんと、ほど
ほどに・・・今月もがんばるぞあ～！！

要注意！！



《振り込め詐欺》

先日も「息子が人妻を妊娠させた」とか「医療費の還付がある」とかいつもの手口の詐欺に引っ掛かって大金を振り込んだと報道されていましたね。「なんでほんなもんにつっ掛かるがいや！！」と思う方はたくさんおられると思いますが、現に引っ掛かる人がいるのが現状です。成人した息子の不始末は息子の責任！還付金をもらうのにお金は掛かりません！とりあえず冷静に。内灘シルバーのみなさんはそんなこと心配なさそうですが、くれぐれもご用心。



《熱中症》

つつい頑張りすぎるみなさんには、こっちの方が心配です。水分補給は当たり前ですが、もし熱中症になったら・・・
頭が痛くなったり、吐き気がしたら すぐ周りの人を呼んでください。ベルトを緩め、靴下も脱がして、首、脇などを重点的に冷やします。着ている服を濡らし、風を当てるのも効果的。とにかく体を冷やしましょう。現場では単独行動は避けて複数で行動して下さい。自分だけでなく周りの仲間と声掛けあってね。「自分は大丈夫！」って思わないでね。
元気で笑顔で働ける・・・なによりこれが一番ですよ♪