

# みどり健康アップ講座 第1回

暑い日が続く毎日です。  
厚生労働省は、「熱中症を防ぐために屋外ではマスクを  
はずしましょう」と呼びかけています。

毎日の汗をかく様々なシーンでの水分補給や熱中症の  
予防についてご説明いただきます。

講師：五十嵐 博文先生  
大塚製薬株式会社 ニュートラシューティカルズ事業部  
首都圏第一支店 ソーシャルヘルス・リレーション担当

**日時：2022年7月26日(火)**

午前10時～11時、午後3時～4時

☆午前の回も午後の回も同じ内容です。

☆ご都合のよい回にご参加ください

**会場：高齢者総合センター**

午前：3階講義室（定員20名）

午後：4階研修室（定員15名）

**参加費：無料** ☆ご参加頂いた方には記念品をプレゼント

**参加申込先：高齢者総合センター**

**電話 51-1974**

ご参加には申し込みが必要です。上記まで、参加ご希望の回をお知  
らせください。いずれの回も定員になり次第締め切ります。

- ・ 新型コロナウイルス感染拡大を予防するため会場の人数制限を行っています。
- ・ 会場では検温、手指の消毒、マスクの着用をお願いします。

主催：みどり薬局 協賛：武蔵野市立高齢者総合センター在宅介護・地域包括支援センター

新しい生活様式における熱中症対策と対処法