

# ☆七夕☆

7月に入り暑い日が続いていますね。  
熱中症注意報も報道されていますので  
喉が渇く前の水分補給に努めましょう！！



雨の日の朝晩は冷えたりと  
寒暖差がありますので、  
体調管理にお気を付け下さい！

PS：暑い時期は食べ物の傷み易い季節です。冷蔵庫の整理を  
小まめに行いましょう！

感染症予防の為に外出時にはマスクを着用し、帰宅時は  
手洗いうがいを徹底しましょう！！

災害等の緊急対応の為に facebook と twitter.始めました

公式 FB <https://www.facebook.com/kureyon.ns>

公式 twitter. [https://twitter.com/kureyon\\_ns](https://twitter.com/kureyon_ns)

イラストをお借りしております

