



大阪市に震度4の地震！！

6月18日午前7時58分に発生した、大阪北部を震源とする地震、被害を受けられた皆様には、心からお見舞い申し上げます。

地震に不慣れな大阪人には、怖かったです。

利用者さん達も、口々に「怖かったわあ〜」と溢されていました。

幸いにも、市内に住む私達は、大きな被害を受けられたと聞く事は

なかったですが、丁度通勤時間と重なり、ウチの社労士の女性は

途中で電車が止まってしまって動かず、通勤に4時間もかかったそうです。

岡本は自転車で通勤途中、怖くて電信柱にしがみついたそうです。

森安は子供が学校へ行くのに送り出す所で、思わず子供皆を連れて

家の外へ飛び出したそうです。

大西は朝ごはんの目玉焼きを焼いていて、慌てて火を止めたそうです。

びっくりしたねと、笑って済ませられた程度で良かったですが、

平成7年に起った阪神大震災を思い出しながら…

利用者のTさんは「大阪は大きな天災の少ないええ所やなあ」と言いつつも

「慣れていないから、余計に怖かったね」と話をされていました。

「非常食を用意している？」と確認し合いましたが、誰も準備している人は

いませんでした。非常食で有名な乾パンですが、利用者Hさんは「あんなもの硬くて

歯の悪い私は食べられないわあ」とおっしゃっていましたが、本当その通りと思いました。

地震の翌日スーパーへ買物に行くと水やレトルトのお粥までもが棚から消えていたそうです。

大阪は地震が少ないと、日頃から防災に意識が低いなと再認識をして、反省しました。



大阪も梅雨入り！！

6月に入って、大阪も梅雨入りしましたね、今年の梅雨は雨もしっかりと降り前半は気温も低めで、涼しい日もありましたが、後半にさしかかる頃から

とととと気温が上昇！本格的な夏日到来です(´◇`)ゞ
サッカーのワールドカップでも日本人選手が活躍、日本中に熱い夜を

巻き起こしていましたね☆☆☆

これからの季節は、熱中症に注意が必要です！！

喉の渇きを感じなくても、時間を決めてお茶を飲むのも良いですし

1日1リットルお茶やお水を飲むと決めるのも良いと思います。

そんなに水分を取れないとおっしゃる方は、お茶ゼリーや水ゼリーを作ったり

市販のゼリーを食べるでも良いです。

自分に合った方法で、熱中症対策をしっかりと行って下さいね♪♪

