

くるみ便り

梅雨が明け、いよいよ夏本番！外ではセミの鳴き声が聞こえ、朝顔やヒマワリなどの夏ならではの花が咲いています。暑い毎日ですが、熱中症に気を付けて過ごしましょう☺

8月号



本が入れ替わりました!!

くるみ薬局では世界の絵本を3ヶ月に一度お届けしています。ぜひ、お子さんと一緒に手に取ってみてください😊

- ・ゼリさん (ベルギー)
- ・ちいさなはずく (イギリス)
- ・だあれもねずみにきづかない (イギリス)
- ・ほら、おすべるよ (イギリス)
- ・モリのいきものたち (ロシア)
- ・タルタ・ルギーナのおうちはどこ? (イタリア)
- ・あおいよるのゆめ (イタリア)
- ・オオカミの話キツネの話 (イタリア)
- ・みどりのおおかみ (フランス)
- ・フィンデュスの誕生日 (スウェーデン)

Q & A ~薬剤師さんに聞きたい!~

Q. 涼しい場所にいて水分を摂っていれば熱中症にはなりませんか?

A. 熱中症と聞いて、「炎天下の屋外にいなれば安心」と思っている方も多いのではないのでしょうか。涼しい場所にいる、水だけを飲んでいるのは危険です。水を飲むと、のどの渇きはとれますが体液濃度を回復するために水分を外に出そうとしてしまいます。すると脱水症状が起きやすい状態になります。水分補給はスポーツドリンクなどナトリウムが入っているものにしましょう。

8月だ!夏だ!花火だ!お祭りだ!!!

お祭りの季節がやってきました。今年も各地で花火大会やお祭りが開催されています。その中でスタッフがオススメのお祭りを紹介します!

開催日	開催時間	地域	タイトル	備考
8/5(土)	9:00~ 21:30 (花火は20:00~)	岩国	錦川水の祭典	約6,000発
	15:30~ 22:00 (花火は21:00~)	周南	第43回サンフェスタ しんなんよう	約2,000発
8/11(金)	20:00~ 21:00 (花火は21:00~)	岩国	しゅうとう花火大会	約2,000発
8/13(日)	19:50~ 20:40	下関	アジアポートフェスティバル in KANMON 2019 関門海峡花火大会	両岸合わせて 約15,000発
	16:30~ 21:00	柳井	柳井金魚祭り (本祭)	JR柳井駅前~ 白壁の町並み一帯
8/15(火)	17:30~ 21:00	周防大島	くか夢夏まつり	約5,000発
8/26(土)	19:40~ 20:40	広島	宮島水中花火大会	約5,000発

夏の思い出を作りに出かけましょう!



くるみ薬局のホームページは
こちらからどうぞ😊

裏面もあるよ♪