



今年の梅雨はあっという間に終わり、いきなり、猛暑となりました。  
先日、理事長より「緊急提言」が発令されましたが、ガイドさんも利用者さんも無理のないように安心・安全な外出支援を行って下さい。

## <総会への出席>

6月18日の総会へご出席くださいましたガイドさん、ありがとうございました。  
出席できなかったガイドさんで、総会資料などをご覧になりたい方は、事務局までお申し出ください。

## <受給者証について>

事業所は、利用者さんの持っている受給者証を元に契約してガイド支援等をしています。この受給者証は、約一年ごとに新しいものが役所から送られてきます。事業所は、この新しい受給者証で、利用者さんとの契約更新を行います。

そこで現在、支援に入らせて下さっているガイドさんに、利用者さんの新しい受給者証の提出を下記のいずれかの方法で、手伝っていただいています。

- ① 受給者証そのものをお預かりして来ていただく。
- ② コピーを取って事務所に届けていただく。
- ③ 写メを撮って一步の会のメール (info@onyakuippo.com) に送っていただく。

該当のガイドさんにはメールやLINEでお願いしております。どうか、ご協力お願いいたします。  
また、利用者さんから直接お願いされたガイドさんも、事務所への受け渡しをよろしくお願い致します。

## <熱中症対策の続き>

『緊急提言』の特別号では、理事長が提言した中の「ガイド中の熱中症対策」の他に、一般的な熱中症対策もご案内しました。今号では引き続き、熱中症関連のグッズや色彩についてご案内します。

他にも「こんなものがある」「こんな事が言われている」などの情報がありましたらお寄せください。試してみた感想などもお聞かせください。

### ○グッズ

- 冷却スプレー…着衣用・肌用
- 瞬間冷却パック…ホッカイロの冷却版(?)
- クール冷却ベスト…リュック装着時には背中が涼しい
- クリップ式冷風機…服にでも、カバンの紐にも、何処でも取り付けられる帽子…出来るだけ被りましょう

### ○色彩による熱の吸収度合い

九色を調べたところ、〔黒・深緑・緑〕 > 〔青・紫〕 > 〔赤・グレー〕 > 〔黄色・白〕 の順となり、一番温度が高かったのが黒、低かったのが白だそうです。

外出するときの衣服の色も、熱中症対策のポイントになりますね。

## ※ひとことメモ (ガイドのポイント)

利用者さんと歩くとき、他人の噂話を中心にはなっていないですか？ 利用者さんに必要なのは、周囲の情報や趣味や生活の情報です。ガイド中、話しながら、この利用者さんは何が好きなのか、どういう趣味を持っているのかなどを知って、それに対する情報提供をする方が楽しいのではないのでしょうか？ 逆に教えていただく事もあるかと思えます。楽しい話に夢中になりすぎないように、周囲の状況も情報提供しながら、安心・安全を確保してくださいね。