



# 青い鳥通信 10月号



## 青山訪問看護ステーション羽曳野

### ～気温別 服装の目安～

秋の気配が漂ってきました。この時期迷う1つが服装ではないでしょうか？気温別服装の目安を紹介します。

### 気温と服装の目安

ダウンコート コート 薄手のコート セーター カーディガン 長袖シャツ 半袖シャツ



0℃ 5℃ 10℃ 15℃ 20℃ 25℃

季節や風速などによっても指標が多少変化し、人により暑さや寒さの感じ方も異なるため、あくまでも目安です。

**[21～24℃]** 比較的過ごしやすい気温。長袖シャツやロンTシャツなどがオススメ。暑さを感じる方は半そでシャツでも良いかもしれません。

**[17～20℃]** 比較的過ごしやすい気温ですが、昼夜の寒暖差に注意。カーディガンやストールなど薄手の羽織があると安心。

**[13～16℃]** やや肌寒く感じますので、セーターやトレーナー、パーカーなどがオススメ。夜は冷え込むので薄手の上着があると安心。

**[9～12℃]** 昼夜問わず、肌寒く感じます。厚手のトップスにトレンチコートなどの上着を羽織りましょう。

**[6～8℃]** 冬の寒さを感じるでしょう。いよいよ冬物のコートの出番です。

看護	月	火	水	木	金	土
空き状況						
午前 9:00～12:00	○	○	○	○	○	○
午後 13:00～17:00	○	○	○	○	○	○

○ 空きあり。  
 △ 若干、空きあり。  
 × 対応できる場合あり。  
 お問い合わせください。

リハビリ	月	火	水	木	金	土
空き状況						
午前 9:00～12:00	△	×	△	○	△	×
午後 13:00～17:00	○	○	○	○	○	○

### 訪問エリア

- \* 羽曳野市
- \* 藤井寺市
- \* 松原市
- \* 堺市 東区
- \* 堺市美原区 など。



### ブログ 随時更新中！

青山訪問看護ステーション羽曳野



スタッフのプライベートな話題が満載(?)  
ぜひ、遊びに来てください

<https://www.aoyama-care.jp/care/visit-nursing/>



### 青山訪問看護ステーション羽曳野

羽曳野市伊賀 4-7-3 TEL 072-931-4174  
FAX 072-937-1016

### 青山訪問看護ステーション羽曳野サテライト藤井寺

藤井寺市野中 1-44-1 TEL 072-952-4174  
FAX 072-939-5355

営業日：月～土（祝日あり）

営業時間：8：45～17：30

管理者：島貫久美子

