

後安さんの子供さん



平成26年5月21日に第二子となる男の子を無事出産しました。元気にスクスクと兄弟仲良く育ててほしいと願っています。まだまだ親として戸惑うこともあります。これから夫婦で協力していきたいと思っています。(後安)



デイサービス 生活相談員
大月 美和

7月より勤務させていた
だいております大月です。
まだ何もわかりませんが、
利用者の皆様、職員の皆様
に親切に教えて頂き、有難
く思っております。どうぞ
宜しくお願いいたします。



デイサービス 介護福祉士
芦田 和人

7月7日より、お世話に
なっています。一日も早く
仕事に慣れるように頑張り
ます。



健康だより

お年寄りへの声かけ

熱中症予防

お年寄りは熱中症に特に注意が必要
です。熱中症患者のおよそ半数が
高齢者です。日中の炎天下だけ
でなく、室内でも、夜でも多く
発生しています。家族や周りにい
る人たちも、暑ければいつでも起
こる危険があると思つて日頃から
注意をし、積極的に声をかけてく
ださい。

なぜお年寄りは熱中症になりやすいの？

・体内の水分不足

体の中の水分量も若者と比
べると低いため、脱水症状に
陥りやすくなっています。

・暑さに対する調整機能の低下

体温調節機能が低下してい
るため、体に熱がたまりやす
くなります。

・暑さを感じにくい

暑さやのどの渇きを感じに
くくなるなど、体が出ていく
るSOS信号に気づきにくく
なっています。

○予防方法 屋内

- ・こまめに水分補給をする
- ・エアコンを上手く活用し、暑さを和らげる
- ・部屋の温度を測る
- ・部屋の風通しをよくする
- ・涼しい服装で過ごす

○予防方法 外出時

- ・外出時はなるべく日陰を歩く
- ・日傘をさしたり、帽子をかぶる
- ・暑い時には無理をしない
- ・飲み物を持ち歩いてこまめに飲む
- ・涼しい場所・施設を利用する
- ・緊急時・困った時の連絡先を携帯する

(池田 由)

「お年寄りへの声かけ 熱中症予防・対策にひと涼み」より抜粋

玄関の風景



編集後記

毎日の挨拶は「今日も暑いですねぇ」
から始まり、サッカーワールドカップで
より一層熱くなつて、子供たちと一緒に
プールに入りたい気分ときもありません。
何とかこの暑い時期を乗り越えましょ
(とき)