

あまなろ

まめ

新聞

第 7号

平成27年7月25日発行

散歩に出かけ小林様のお庭の色
とりどりのお花を見て「きれいだ
ね」と話し、お花をバックに写真
を撮らせて頂きました。



老人クラブの方や日影部落の方、利用者
さんに協力を頂きあまなろ周辺はきれい
になりました。ありがとうございました。
おわった後はみんなでいっしょくしました。



6月誕生会・父の日 6/21



誕生者2名にはバースデイカードを、男性の利用
者さんには花束をプレゼントしてみんなで歌を歌
いお祝いしました。プレゼントに少し驚かれた利
用者もおりましたが、にっこりと笑顔が見られ、喜ば
れていたようでした。



体の痛い所がなくなりますように

むっちゃんといつまでも仲良く暮らしたい

もう少し歩けるようになりま

家族が幸せに暮らせますように

子どもたちとたくさん話ができますように



メニュー
五目ちらし寿し
お吸い
きゅうりとちくわ
の酢みそ和え
バナナ



まめ 知識

今年の夏は気温が高く熱中症には注意が必要です。

◆熱中症の初期症状は

- 汗がたくさん出る
- 長湯をした時のように体が火照る

◆重篤になると

頭痛、立ちくらみ、意識障害などが現れ、最悪の場合は死に至ることもある。

気温が低めでも湿度が高く日射が強いと危険レベルは上がる

◆速やかな応急処置が大事

- ・まず水を飲む
- ・扇風機やクーラーを当てる
- ・氷で首筋や脇の下を冷やすなどを施す。

水が飲めなかったり、飲んでも吐き出すようであれば救急車を呼んだほうが良い。

症状が出てから1時間以内に体温を下げる必要がある。

◎熱中症対策のポイント!

- ・水分は多いと思えるほど摂取
- ・1日3食きちんととる
- ・発生したらすぐに水を飲み体を冷やす
- ・重い症状なら救急車を呼ぶ
- ・気温だけでなく高い湿度や輻射熱(日差しの強さ)にも注意



◇あすなろ広報担当より◇

暑い日が続いているのでこまめに水分を摂る等、熱中症対策をしましょう。

あすなろに涼みに来てください。



これからの行事

8月 誕生会、迎え火会、新里中職業体験
あすなろサロン、熊の神社のお祭り

9月 誕生会、敬老会、あすなろサロン
を予定しています。

小規模多機能型居宅介護事業所
あすなろ
広報担当 佐々木、小山田