



# 8月号 菱形だより

医療法人社団 郁栄会  
小規模多機能型居宅介護事業所 シニアクラブ菱形  
平成24年 8月 1日 発行

## イベント紹介

9日 ……調理  
22日……市相談委員の来所  
25日……家族交流会  
28日……誕生会  
30日……外部評価  
以上が予定されています。

## 新規利用者紹介



高木 キヌエ様 上村 伴都様

7月より、2名の方に  
登録いただきました。  
とても、笑顔が素敵な  
方々です。  
よろしくお願ひします。

## スタッフ紹介



介護職  
田中 喜久美

「あなが手はぬくーして気持ち良かー。」と重宝がられる冬が早く来ないかなあ〜！と、汗をかきかき日々頑張っています。皆様も水分をしっかり摂られて、猛暑を乗りきりましょう。

## 熱中症の予防について

ようやく梅雨が明け、夏本番となりました。熱中症は、気温や湿度が高い場所で発生しやすくなります。梅雨明けしたばかりの今は、室内でも発症する危険があり、要注意の時期と言えます。とくに高齢者の方の場合、体温調節機能や発汗機能が加齢により低下し、体に熱がたまりやすくなります。また気温に対する感度も鈍くなり、症状も進みやすいので注意が必要です。

日常生活の予防として、

- ①体温を下げるため、水分をこまめにとること。
  - ②室内でも高温になった場合は、エアコンや扇風機を活用して室温を下げる
  - ③日陰を利用したり、日傘や帽子などを使って暑さを避けること。
- 以上のことに心掛けましょう。

## [編集後記]

暑い日が続いておりますがどうお過ごしですか？8月は、計画停電が行われるといわれていますので暑さ対策を自宅でも考えておきましょう。例えば、夕方に庭に打ち水やアイスノンを上手く活用しましょう。また、家電で使用できないものの確認と対策も行っておきましょう。

森下・森田