

悠花だよい

2016年7月1日発行
ディサービス悠花
住所：西東京市泉町2-1-24
ピアライフ・アルファ1階
電話：042-439-6415

早いもので今年も半年が過ぎてしまいました。6月に悠花では、紫陽花や花菖蒲など季節の花を求めて「ちょっとした霧雨もなんのその！」とお出掛けを楽しんできました。きれいな花も素敵ですが、それを見ての皆さんの素敵な笑顔に、職員もまた笑顔に。楽しいひと時を過ごしてきました。また、月末には今年初めての「家族交流会」を開催しました。参加していただいた方は4名と少々少なめではありましたが、介護を卒業したご家族にもオブザーバーとして参加していただき、とても有意義なご意見を伺うことが出来ました。私たち職員も日々のケアに生かしていきたいと思います。今回参加できなかった方も、12月に再度開催する予定にしていますので、是非ご参加ください。

今年の梅雨は、関東では水不足と言われていますが、九州では豪雨で被害にあっている方も。自然災害は思わぬ時にやってきます。いつ何かがあっても対処できるよう備えておかねばと思います。ただ、これから暑くなると気を付けなければならぬのが「熱中症」と「脱水症」です。これは、対策を立てておくことで予防できるものです。「自分は大丈夫。」と過信せず、下記の予防法を実践してこの暑い夏を乗り切りましょう！



センター長 山崎圭子 【7月の壁画：七夕飾り】

=今月の主な活動予定=

- * * *日程の決まっているもの* * *
- 1日（金）避難訓練・おんちの会
- 7日（木）七夕
- 15日（金）リトミック
- 21日（木）おやつ作り
- 29日（水）食事作り

※ 天候を見ながら『流しそうめん』を行う予定です。

* * 日々の活動の中で実施しているもの* *

- 公民館などの催事物への参加
- 園芸
- 喫茶外出
- 壁画作り・ゲームなど

※ 見学はいつでも出来ますので、気軽にいらして下さい。

熱中症・脱水症に注意！！

高齢になると『体内的水分が不足しがち』で『暑さに対する感覚も低下しがち』です。下記の点に注意して、夏を乗り切りましょう！

1. こまめに水分補給。夜、寝る前も忘れない。
2. エアコン・扇風機を上手に使用。
3. 涼しい服装をし、外出時には日傘や帽子を忘れない。
4. 暑い時は無理をせず、涼しい時間を選んで活動を。
5. 部屋の温度を測って換気も忘れない。
6. 緊急時・困った時の連絡先を確認しておきましょう。

6月の活動風景

手際がいいね

