

# 美樹の園 第122号 だより

## 老人保健施設

風鈴をつりました。

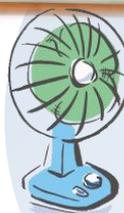


## 老健デイケア

目で涼を感じ、日々リハビリ取り組んでいます。

# 涼をもとめて～

コロナ禍で、大きなイベントも面会も制限されている中、少しでも夏らしさを感じてもらおうと、各施設で飾り付けを行いました。



## グループホーム

テーマは『日本の風情』  
日本庭園のおもむき



## 特別養護老人ホーム



玄関先が涼やかに…



大輪の花火が打ちあがりました！

## 特養デイサービス

## デイサービス小代



7月3日(金)

焼き芋機を使って『じゃがバター』クッキングを行いました。出来立て熱々を頬張り、「こんな初めて食べたわ♪」、「いつもと違うクッキングやね」と好評でした。



# 特別養護老人ホーム

七夕飾りに引き寄せられ、願い事を眺めているご利用者。「これ、私が書いたの!」と、短冊を見せてくれました。



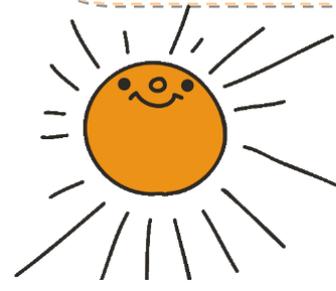
## たなばたまつり

### グループホーム

7月4日(土)

綺麗な笹飾りで七夕会を楽しみました。

「若い頃は願い事を書いて川に流したね～」と思い出深く話され、「今はロケットで願い事がお空に届く時代よね～」と微笑ましく会話されていました。



## 熱中症に注意しましょう

巷ではコロナウイルスが不安視されていますが、実はそれより怖いのが熱中症。いつでもどこでも誰でも条件次第でかかる危険性がありますが、正しい予防方法を知り、普段から気をつけることで防ぐことができます。

～熱中症の症状～

- 軽度    たちくらみ・筋肉痛・こむら返り・大量の汗
- 中等度    めまい・頭痛・吐き気・嘔吐・失神・疲労感・虚脱感
- 重度    意識障害・けいれん・運動障害・異常行動



めまいや立ちくらみ、顔がほてるなどの症状が出たら、熱中症のサインです。一時的に意識が遠のいたり、腹痛などの症状が出る場合もあります。予防として、日ごろから、経口補水液やミネラルの入っている麦茶を少しずつこまめに飲むようにしましょう。バランスのよい食事を摂り、睡眠環境を整えて、暑さに負けない体作りが大切です。

暑いと感じる場所に長時間身を置くことを控え、熱中症と思われる症状を感じた場合には、涼しいところへ移動して水分を摂りましょう。家にいるときも熱中症になるので、がまんせず、エアコンや扇風機で室温を適度に下げましょう。寝ているときにも汗をかくので、寝る前にコップ一杯の水分を摂りましょう。

介護のご相談、この新聞の内容についてのお問い合わせ先

- ・特別養護老人ホーム 美樹の園  
堺市南区美木多上 1277-1 TEL.072-296-1222 FAX.072-296-7557
- ・老人保健施設 美樹の園  
堺市南区美木多上 1359-2 TEL.072-296-1333 FAX.072-296-8833
- ・グループホーム 美樹の園  
堺市南区小代 414-15 TEL.072-284-1555 FAX.072-296-8484

【ホームページアドレス <http://mikinonsoo.sakura.ne.jp/>】

発行 令和2年8月

