



明照デイサービス センター

平成28年7月



誕生会をしました！



4月から6月までの誕生者6名の誕生会をしました。保育園の子供たちやボランティアさんの来訪あり、お昼は特別なお馳走^^おやつにはケーキでお祝いしました！



避難訓練を実施しました

天気が悪かったので室内で地震の避難訓練を行いました。熊本の地震が起きたばかり。「備えあれば憂いなし」



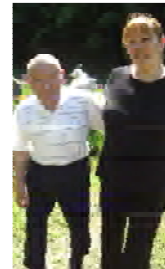
グループホーム交流会

お隣のグループホームに遊びに行かせていただきました。的当てをして盛り上がりました！

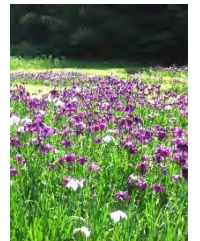
また遊びに行かせてくださいね^^



菖蒲見学に行きました



佐土原鶴松館にある菖蒲を見学に行きました。「気晴らしになった」「心の洗濯ができた」と皆さんとても喜ばれていました^^



2号館交流会がありました

2号館に遊びに行かせていただきました！レクリエーションや手遊びなどを楽しみ、笑いに包まれました！



♪音楽療法♪



大吉先生と一緒に懐かしい歌を歌って楽しみました。先生の美声に感動して、涙を流される利用者さんもいらっしゃいました。やっぱり歌はいいですよね♪♪

調理教室をしました



今回の調理教室は「いも餅」を作りました。じゃがいもをつぶして、かたくりこをまぶし、形を整えて焼きます。さすが主婦歴〇年の皆さんだけあって、手際がとても良かったです！



ペットボトル寄贈ドライブ

ペットボトルキャップをイオンに届けるグループと、萩の台に行くグループと分かれてドライブしました^^実習生の学生さんも一緒に行って賑やかに♪



ボランティアさん訪問



今月は沢山のボランティアさんがきてくださいました。歌や踊りに利用者さんたちもとても喜んでおられました。ありがとうございました。またいらしてくださいね^^

7月行事予定

7日(木)	七夕会
8日(金)	明照保育園交流会
12日(火)	調理教室
19日(火)	1号館交流会
20日(水) 21(木)	そうめん流し(家族会)
23日(土)	いろは口説き披露会
27日(水) 28(木)	海ドライブ
28日(火) 30日(木)	壁画作成

※天候等の都合で予定が変更になることもあります



保険だより「熱中症について」

●熱中症を防ぐために、夏の目安は、「べた」「だる」「ふら」「いた」。

「べた」は、首筋などがべたべたしてくること。夏の蒸し暑さなどのいやな感じで、汗はかいていないように見えるが、なんとなく皮膚がべたべたした感じになること。実際に首筋などを触ると少しべたべたしている状態です。

「だる」は、元気がなく見えること。なんとなく見た感じで元気がない。食欲がわかなくなると感じられるとき。高齢者は、あまり喉が渇いたということを感じません。そのままだと脱水状態が進みます、

「ふら」は、めまいや立ちくらみ、少しふらふらしているように見える。熱中症の症状が進んでいます。嫌な汗をかき、なかなか汗がとまらなくなることがあります。立ち上がるときにふらついたり、いつもよりふらふらしているように見える状態。

「いた」は、足がつったり、頭痛が現れている状態。熱中症の症状が少しずつ進んでいます。自覚できる症状として、カラダのさまざまな場所にこむら返りや、とくに顔に熱っぽい状態が起こります。スポーツドリンクなどをすみやかに飲んで、改善しない場合は病院を受診してください。

上記のような症状が出ると辛いのは自分です。そうなる前に水分をこまめにとって暑い夏を乗り切りましょう。

