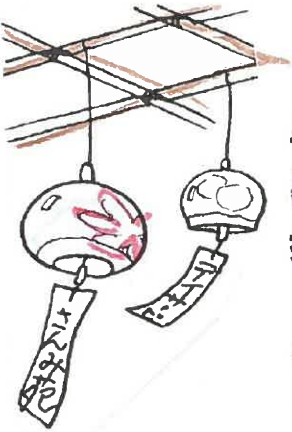


さんみ苑だより！！

苑 長 あ い さ つ

某病院のリハビリ関係の部所へ行くと、歩行器、車イスや杖が目立ちます。病気や事故の結果で歩けなくなった方たちが少しでも以前の状態に戻ろうと脂汗を流し、悲鳴を上げながらリハビリに取り組んでいます。この方たちがどのような方法で病院に来たか推量すると家族に車で連れてきてもらったり、タクシー利用のようです。バスなどが段差がなく、多便でもっと乗りやすくなったら良いのにと考えます。病院へ行くときからすでにリハビリが、始まっています。

テ ィ サ ー ビ ス (高 齢)



早いもので、いつの間にかカレンダーも半分になってしまいました。暑い日が続いていますが、熱中症にならないよう、しっかり水分を摂るように心がけましょう。

今月の予定

7月 6日 三見小学校3, 4年生 慰問

27日 フラワーアレンジメント



障がい者支援(入通所・ケアホーム)

本格的に梅雨に入り、雨の降る日が増えてきています。毎年、この時期は、集中豪雨などの災害にも注意が必要です。最近、さんみ苑障がい部門では、建物の中庭に花を植えました。草花にはこの時期の雨は恵みの雨となっています。どんどん株も大きくなり、花の数も増えてきています。利用者さんも、とても嬉しそうに花を見ています。



高 齢 相 談 支 援

○ 緊急通報装置

緊急事態が起こった際に、電話やペダントの緊急ボタンを押すことで消防署・協力員に自動的に通報されるシステムです。

対象：萩市内にお住まいの概ね65歳以上で一人暮らし、またはこれに準じた世帯の方、緊急時にいち早く駆けつけることができるよう、近隣の方2名の協力員の登録が必要になります。

利用料：無償貸与（電話料金は自己負担です）

※通報に電話回線を使用するため固定電話が必要です。

高齢で緊急時の対応に不安がある方は下記までお問い合わせください。

お問い合わせ・・・萩市高齢者支援課高齢福祉係(0838-25-3137)

在宅介護支援センターさんみ苑(0838-27-5000)

厨

房

暑い夏が近づくとつれて、心配になるのは熱中症です。熱中症とは「あつさ」によって引き起こされる、様々な体の不調のことをいいます。原因や対処・予防法を身につけ被害を食い止めましょう。

睡眠不足は免疫機能低下を起し、熱中症を引き起こし易くなります。睡眠時間を8時間程度は確保し、生活リズムを整えましょう。また、のどは渴いていなくても水分は適度にとるようにしましょう。のどが渴いた状態になったときでは遅いので、水分は携帯しておきましょう。夏の直射日光を防ぐためにも外では帽子をかぶるようにしましょう。服装の色については白めの色が良いとされています。通風に優れた服を選びましょう。

自分だけ熱中症に注意するのではなく、気がいたら周囲の人にも声をかけて、みんなで熱中症を予防したいものですね♪



編 集 後 記

暑い日が続いていますが、体調を崩されたりしていませんか？

毎年熱中症での事故等ニュースで取り上げられていますので、水分補給をして、エアコンや扇風機などを上手く活用して過ごしていただければと思います。

在宅介護支援センターさんみ苑では、地域の方の生活上の困りごとについての相談や介護サービスについて知りたい等の声に随時対応しています。

お気軽にさんみ苑までお電話ください。

今月もお読みいただきありがとうございます

在宅介護支援センター 和田

高齢の方や障がいをお持ちの方、介護をされている御家族の方の在宅生活を応援します。生活の中での悩みやお困りごとなど何でも構いません。

介護保険に関する問い合わせにも対応いたします。

お気軽にご相談ください！ ※個人情報(秘密)は厳守いたします。

住所

〒759-3721
萩市三見3852番地1(蔵本)

電話

2 7 - 5 0 0 0

高齢は杉本、谷井、松井、山根、和田が障がい(入所、通所の相談)は、杉山、濱岡が対応いたします。