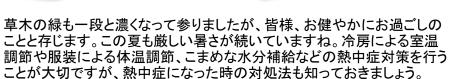
# 平成30年 老健与あきデイケア











# 熱中症のサイン

次のような症状・様子が見られたら、熱中症の可能性があります。

顔がほてっている	めまいがする	拭いても汗が出続ける	ぐったりしている
		3-	
筋肉が痛む	体温が高い	歩けない	呼び掛けに反応しない
143	37c		Attack

# 熱中症の対処法

熱中症の症状が見られる場合は、以下の手順で対処しましょう。

#### ①救急車を呼ぶか判断しましょう

次の症状が見られる場合は、救急車を呼びましょう。

●手足がけいれんしている ●呼びかけても反応しない ●意識がない



#### ②服を脱がして体を冷やしましょう

首、わき、太ももなど、太い血管が通っている部分にタオルで 包んだ保冷剤などを当てます。



### ③水分・塩分補給をしましょう

経口補水液などで水分と塩分を補給しましょう。意識が低下した状態では 無理に飲ませないようにしましょう。医療機関を受診しましょう。





# ≪今月の歌≫

<月刊デイ No.224より>

#### ・夏の思い出 ・港ガ見える丘 ・夏は来ぬ

# ≪ご利用者様の依品≫



ひまわりです













≪絆ファーム≫









出来上がりを見せると皆様から「わぁー」と歓 声と拍手が湧き上がりました。

壁画作品では普段は手作業には参加されな い方も参加されて、まるで芸術作品のような 花火の絵が出来ました。



### 野菜作りを始めました。 草むしりをしたり肥料を与 えて収穫を楽しみに取り 組んでいます。 トマトやピーマン、ししとう を育てています。

### ~ご家族の皆様へ~

下記の内容で行事・レクリエーションを予定していま す。

# 8月のテーマ



						10.500
日	月	火	水	木	金	土
※8/11(±)	山の日は営業到	致します!		2	3	4
//-1		II OE	カラオ	7	ミニゲー.	4
5	6	7	8	9	10	
休み					喫茶レク	営業日
bko y	•	~~ 作	品作	<i>y</i> .	週間	
12	13	14	15	16	17	18
休み	ミニゲー.	4	楽しく 認知症予		カラオ	<del>/</del>
19	20	21	22	23	24	25
休み	カラオ	7	ミニゲー	4	お茶会	楽しく 『症予防
26	27	28	29	30	31	
休み	楽しく		カラオ	438	ミニゲーム	

# ~ちょっと耳より情報~

## ≪ゴシゴシ洗わない入浴方法の提案

石けんでゴシゴシ体を洗うと、汚れがよく落ち、すっきり として気持ちがいいですね。しかし、汚れと一緒に皮膚 を乾燥から守る皮脂やうるおい成分も洗い流してしま います。回復力のある若い方などは問題ありません が、高齢になり代謝が落ちてくると、皮膚は乾燥してし

かゆみや更なる肌トラブルを引き起こ すこともあります。

ゴシゴシ洗わない入浴方法も試してみ てはいかがでしょうか?



お世話になりました。 1年半でしたが、みなさんから いろいろなお話を聞かせて頂 き楽しかったです。大変勉強 になりました。 ありがとうございました。 みなさんお元気でお過ごしくだ

【赤岩友作】