



# ケアサポートだより



まもなく暑い夏がやってきます。気象庁報告では、今年の夏は例年より暑くなる予報が出ています。「夏は暑いもの」とは言え、猛暑は辛いものですね。

利用者だけでなく、我々スタッフも熱中症対策をしっかりおこなって、楽しい夏を満喫しましょう！

## 「しまむら」・ケアサポート店開店！



6月23日、ケアサポート内で「しまむら恵庭店」さんによる出張販売を行いました。

入所、通所の利用者、ご家族の方々が来店され、衣類を中心に買い物を楽しまれました。

普段、なかなか買い物に出かける機会が少ない利用者のみなさんにとって、貴重な機会になったと思います。



## 「ケアサポートまつり」大盛況！



6月11日に第26回ケアサポートまつりを開催しました。コロナ感染防止のため3度中止になりましたが昨年到现在実施することが出来ました。

今回は、和菓子・駄菓子バイキング、インドネシアからの介護職員が民族衣装を身にまとい、現地の踊りを披露していただきました。そして、恒例のプロ歌手によるナツメロ歌謡ショーで楽しんいただきました。

来年もまたみなさんが楽しんでいただけるような企画を考え、開催していきたいと思ひます。



## 令和6年度 年間MVPのKさん、エスコンに行ってきました！



昨年から開催した「めざせエスコン！」の予想当てクイズで見事年間MVPを獲得されたKさんを優勝賞品のエスコンフィールド見学に招待しました。ご本人から、試合観戦ではなく、ご家族と球場見学をされたいとの希望から、奥様、娘さんと一緒にお連れしてきました。日ハムのユニホーム、帽子を身にまとい手作りのプラカードには「10年間の感謝をこめて」の文字がかかれ、ケアサポートを利用して10年。元気に見学できたことへの感謝の気持ちをいただきました。

# 盛夏のワンポイントアドバイス



**<看護師から>** 今年は6月中旬から気温の上昇がみられ、早くも熱中症で救急搬送される方が多数出ているようです。

「熱中症の症状」～ めまい・立ちくらみ・筋肉のこむら返し・筋肉痛・大量の発汗・生あくび  
↓（病状が進むと・・・）

頭痛・嘔吐・虚脱感・倦怠感・集中力低下・判断力低下が起こります！

「熱中症を予防するためには」～こまめな水分補給が大事です。1時間に1回はコップ半分程度の水分を摂るよう心がけましょう。

## <リハビリから>

盛夏のリハビリでは、気温・湿度の高い環境での熱中症や脱水に注意し、こまめな水分補給と休養を徹底しましょう。直射日光を避け、涼しい時間帯に運動を行い、体調変化に敏感になりながら無理のない範囲で進めることが重要です。

**<栄養士から>** 今年の夏も猛暑が予想され、そのため食中毒の増加が予想されています。

「食中毒予防」で油断しがちなポイントは、食材を購入してから持ち帰るまでの間、車の中に置いたまま外に出ていたりして、高温にさらされている時間が長くなり、食材を腐食させる原因になるので注意が必要です。デイケアの利用者さんが売店でお弁当などを購入して持ち帰る場合には保温バックに入れておくと安心ですよ。

## 7月の行事予定

- 7/1 (火) 編み物教室
- 9 (水) ヤマハ音楽の会
- 14～18 買い物散策
- 15 (火) 編み物教室（水曜日）
- 16 (水) 参院議員期日前投票（入所のみ）

- \*毎週 火・水は将棋教室
- \*毎週 水・土は、対話ボランティア（2名）訪問

## 利用状況

（R7年7月1日現在）

入所	男性	女性	備考
長期入所	△	○	
短期入所	△	○	日程はご相談下さい

  

通所	月	火	水	木	金	土
介護	△	○	×	△	○	△
予防	△	○	×	△	○	△

\*お問い合わせ先：0123-37-5060（支援相談員：藤田・赤塚・杉原）