



そろそろ熱中症が増えてきます!



梅雨の時期は、エアコンを使い始めるタイミング!
意外に冷やしすぎたり、逆にエアコンを消して熱中症になっ
てしまったり、適切な温度調節が重要です。
特に高齢者の場合には、温度の変化を感じにくいことが
ありますので、周りの家族がこまめに室温を確認する
ようにしましょう。

熱中症の症状は?



顔色は青白い状態/レベルⅠ(軽症)
手足が痺れる 気分が悪い
めまい・立ち眩みがある
こむら返りがある



レベルⅡ(中等症)
頭痛 失神 吐き気 めまい
血圧の低下



顔色は赤っぽい状態/レベルⅢ(重症)
体温の急上昇 意識障害を起し、
おかしい言動をとる 汗をかかない
ショック症状 過呼吸 昏睡

涼しい場所で水分・塩分を補給し、衣服を緩めて
身体を冷やしましょう。

それでも良くならない場合や、
レベルⅢの症状が見られたら
迷わず救急搬送を・・・。



梅雨時期の健康管理

梅雨は一年のうちで、もともと体調を崩しやすいシーズンです。
梅雨の時期は、なんとなく疲れを感じやすくなりがちです。
これは低気圧により副交感神経に影響を与えるためと言われています。
気温や湿度の変化や空調などにより、冷やしすぎたりして体温が変動しやすく、
まれに身体がついて行けないなどという声もよく聞かれます。
体調に気を付けながら梅雨が明けて来る夏を迎える準備をしましょう。



お母さん、ありがとう!

Mother's Day



母の日は、1905年にアメリカのフィラデルフィアで少女アンナ・ジャービスが母の死をきっかけに、母を敬う機会を設けようと働きかけたことが由来との事です。今年も当施設ではカーネーションをプレゼントいたしました。皆様とても喜ばれていました。

これからもお元気でお過ごしください!



施設1階にある塗り絵掲示板です。入居者の皆様が空いた時間を利用して制作した作品を掲示しています。その掲示板を彩る飾りを作りました。今の時期にふさわしい飾りですね。

壁面飾り



アロハフラハーラウカオヒナエの皆様によるフラダンスショーが開催されました。職員も参加、楽しいひと時を過ごしました。



ALOHA

5月の 誕生日会

5/26



HAPPY BIRTHDAY

今月は3名の方がお誕生日を迎えられました。
これからもお元気にお過ごしください。

入居者様より
歌のプレゼント!



施設からお知らせ

先日の運営懇談会において、ご家族様より**施設で行われる行事やイベント等について前もって知りたい!**というお話がありました。

今月よりこの誌面を利用して次月の行事・イベントの予定を告知するよういたしますので、確認の上スケジュールの調整をして下さい。よろしくお願ひします。*都合により予定変更になる場合もあります。

■7月の行事・イベント(予定)

- 7月 7日…七夕(14:00~)
- 7月24日…そうめん流し(昼食時)
- 7月24日…フラワー教室(14:00~)
- 7月28日…誕生日会(14:30~)



編集後記

梅雨の雨…
仕方がない!と
雨を楽しむことにしました。
健康麻雀に力を入れます。(笑)
暑い夏よ、早く来い!〈岩〉



空室等各種お問い合わせは、下記電話番号までお気軽に…



二階堂酒造グループ / 介護付有料老人ホーム

グランドホーム古国府

〒870-0844 大分市古国府四丁目1番6号
TEL.097-573-6353 FAX.097-573-6354

施設紹介等
HPをご覧ください!

グランドホーム古国府 検索

大分市古国府の介護施設