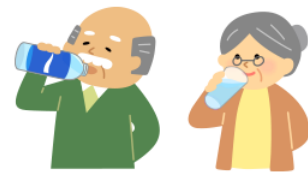


梅雨明けから夏にかけて要注意！

知らぬ間に脱水症状に…

夏は脱水状態に陥りやすく、血管が詰まって脳梗塞を起こす危険があります。
 脱水症状を予防するには、1日に1.5ℓを目安に積極的に水分を摂取していきましょう。
 しかし、糖分が多く含まれるジュースや、カフェインが含まれるお茶、紅茶、コーヒーといった利尿作用の高い飲み物は避けてください。



こまめ

な水分補給を！



あまり喉が乾いてないけど飲まとなぁ！

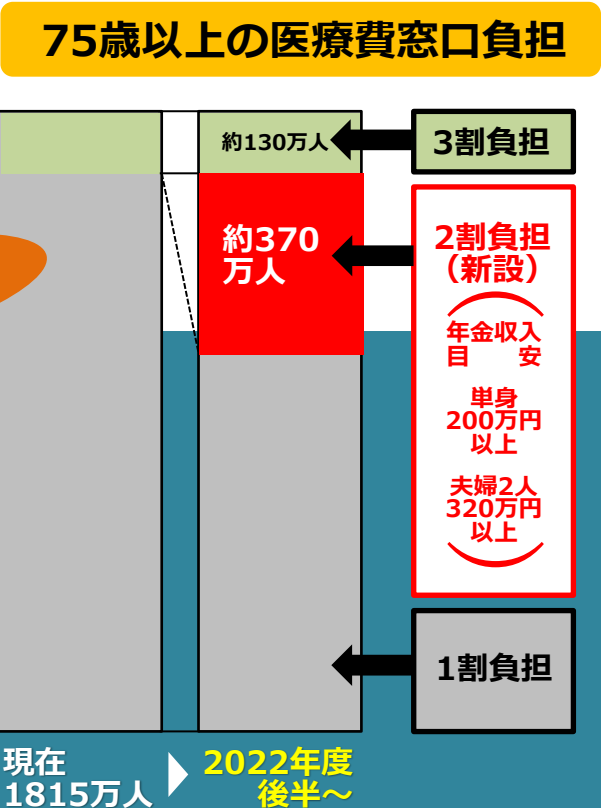
高齢者は喉の渴きを感じにくい！

入浴による脱水・体力消耗に要注意

浴室・脱衣所は自然と湿度が高くなるため、梅雨から夏にかけては特に注意が必要です。
 浴室と脱衣所といった湿度が高い環境は汗が蒸発せず、体温調節がうまくできなくなります。
 体の熱を外に逃がすことができないと、体力がない高齢者はいつも以上に疲れやすくなってしまいます。



水分補給！水分補給！！



医療費見直し

一定の収入がある75歳以上の医療費窓口負担を、1割から2割に引き上げる医療制度改革関連法が参院本会議で可決、成立しました。

若い世代の負担軽減をはかるために2022年度後半からの実施予定です。





GROUP EXERCISE

介護予防に・・・グループ・エクササイズ



一人ひとりが自分らしい生活を送るために・・・



「動かない」ことの危険性

- 筋力が落ちる
- 関節が硬くなる
- 骨がもろくなる
- 床ずれができる
- 食欲が減る
- 立ちくらみがする
- 認知機能が落ちる
- 精神的に落ち込む



機能訓練の目標は・・・

- 体力・足の筋力をつける
- 関節の軟らかさを保つ
- 麻痺側の手を使う
- 認知症を予防する
- 転ばないように歩く



まあまあの
出来ネ(笑)



立派な
もんでしょ(笑)



私の
最高傑作!(笑)

ちょっと早めですが

七夕飾り

制作中



七夕うんちく

江戸時代、
七夕は「五節句」の一つとされ、
幕府公式の祝日でした。
寺子屋などでは、
短冊に願い事を書き、
読み書きの上達を願ったそうです。



どう?
いいでしょ!



きれいに
ぬるわヨ(笑)



チョット
待ってね!



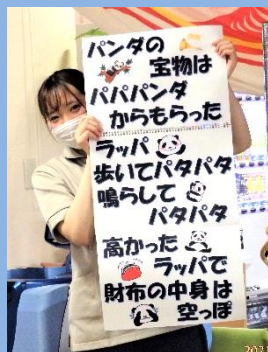
ぬり絵



脳・活性化

古国府ミステリー

何故か盛り上がる(?)早口ことば



「また、やろう!」と入居者様
からリクエスト!
何故か、人気の早口ことば。
口腔・嚥下機能の改善には
もってこい?!

5月の 誕生日会

5/23

HAPPY BIRTHDAY

梅雨の真っ只中の誕生日会ですが、
多くの入居者様からお祝いをいただきました。
コロナ禍で色々な制限が続き、何となく気分が晴れませんが、
ワクチン接種日も決まり、もう少しの辛抱です。
これからもお元気にお過ごし下さい。

元気に誕生日を迎えられた3名の入居者様



歌で祝福



看護師指導のもと繰り返される吸引フォローアップ研修

毎月行われている喀痰吸引のフォローアップ研修の様子です。
手技の実技研修はもちろんですが、筆記試験もあります。
夜間は、基本介護職員が吸引を行うため研修にも力が入ります。
入居者様はもちろんですが、ご家族様にも安心して頂けるよう
頑張っています。

コロナ・ワクチン接種

実物



待ちに待ったコロナワクチン！
当施設でもようやく始まりました。
6月末には2回目まで完了の
目途がたちました。
ワクチン供給が潤沢になれば
すぐに始まると理解はしていた
ものの焦りました。とりあえずは
ひと安心です。

編集 後記

世の中、コロナとオリパラの開催可否で
混乱しています。
的を射ていない総理の国会答弁や、
突っ込みに工夫がない野党・・・
船頭がいない日本丸の向かう先は？
世の中不安は尽きませんが、
コロナワクチンの接種は、施設には明るい
ニュースです。様々な制限で入居者様、
ご家族様、そして職員も限界です。
少しずつ制限を解除して、少しでも早く
コロナ前の生活に戻れるといいですね。