



園庭昼食会

5月に園庭昼食会が行われました。コロナ渦を経て久しぶりの開催でした。新緑のさわやかな気候のなか、「気持ちがいいわ」「外で食べるとおいしいね」と皆様、笑顔でお食事を楽しまれていました。



お花見ドライブ



つつじの花やバラ見物に ドライブに出かけ季節の花を楽しみました。



魚釣りレク

釣竿をたらし、さあ何が釣れるかな？
これは何かな…皆さんで楽しみながら、
手と肩の運動になりました。



熱中症について

高齢者の熱中症予防方法



熱中症は分類によって症状が異なりますが、いずれの場合も「水分補給」と「暑さを避ける」など基本的な予防方法は変わりません。特に高齢者は、加齢に伴う体温調節機能の低下、暑さやのどの渇きを感じにくくなる、汗をかきにくいなどの理由から熱中症にかかりやすいといわれています。予防方法が出来ているかチェックして熱中症に注意しましょう。

- ☐ エアコン・扇風機を上手に使用している
- ☐ 部屋の温度を測っている
- ☐ 部屋の風通しを良くしている
- ☐ こまめに水分・塩分を補給している
- ☐ シャワーやタオルで体を冷やす
- ☐ 暑い時は無理をしない
- ☐ 涼しい服装。外出時には日傘、帽子
- ☐ 涼しい場所・施設を利用する
- ☐ 緊急時、困った時の連絡先を確認している

熱中症の分類と症状



熱中症には様々な症状が現れますので、それぞれに病名がつけられています。(熱失神、熱けいれん、熱疲労、熱射病)

熱中症は重症度に応じて、Ⅰ度 軽症(熱失神、熱けいれん)Ⅱ度 中等症(熱疲労)Ⅲ度 重症(熱射病)に分けられます。

Ⅰ度(軽症)は基本的に現場での対処が可能とされており、水分塩分を適切に補給し、涼しいところで横になるなどの方法で回復することが多いとされていますが、Ⅱ度(中等症)は重症化の可能性があるので医療機関への受診が必要とされています。さらにⅢ度(重症)では、救急搬送が必要で命に関わることもあります。

水分補給を行い、暑さを避けて熱中症予防をしましょう！

高齢者支援推進事業実施報告

6月10日に高齢者支援推進事業として、株式会社翼より講師をお招きして福祉用具についてお話いただきました。最新の福祉用具についての講義のあと、使い方などについての説明を受けて、福祉用具を実際に体験してみました。
「これは、楽だね」「実際に使ってみると軽くていいわ」「また困った時は相談したい」などの感想がありました。



介護の相談・悩み等ございましたら、
さくら荘老人介護支援センターまで
お気軽にお問い合わせください。

(087)868-0720



苦情受付窓口

さくら荘ではご利用者、ご家族からの苦情に適切に対応する体制を整えています。館内に苦情受付ボックスを設置しています。