



熱中症について

7月の下旬には梅雨が明け晴れて暑い日が続きます。そこで気をつけなければならないのは、熱中症です。今年、3月11日の地震の影響で電力が不足する恐れがあるためエアコンの冷房を控えるケースがありますが、抵抗力の弱い子供や高齢者などは体調を崩しやすいので必要に応じて冷房を使うことが大切です。そのほかの対策として



- ・こまめに水分と塩分を取る
- ・暑い時間帯はなるべく外出は避け涼しい所で過ごし、休憩を多く取る
- ・規則正しい生活をする。食事はしっかりと取る

などがあげられます。熱中症の症状として、めまい・吐き気・頭痛・発熱などあります。万が一熱中症と思われる症状が出たらすぐに病院に受診するようにしましょう。

藤の里のご案内

〒347-0111
埼玉県加須市鴻基2168-1・2/鴻基2101-1
有限会社フクシ

- グループホーム藤の里
TEL：0480-73-2943 FAX：0480-73-2994
- ショートステイ藤の里
TEL：0480-73-8294 FAX：0480-73-2991
- ケアプランセンター藤の里
- ヘルパーステーション藤の里
- 生活サポート
TEL：0480-70-2840 FAX：0480-70-2841
- 藤の里託児所
TEL：0480-73-5176

食中毒について

7月～9月にかけて食中毒に十分気をつけなければなりません。症状としては下痢や吐き気が主ですが抵抗力の弱い子供やお年寄りでは命を落とすこともあるので注意が必要です。予防としまして

- *手洗いをまめにする
 - *調理器具は洗い消毒する
 - *肉などの食品は必ず火を通す
 - *食材などを長期間冷蔵庫で保存しない
- あります。食中毒に

ならないためにも日頃からの予防を心がけましょう。



今回のお知らせ内容

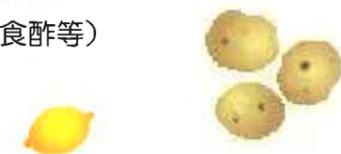
平成23年3月11日に起きたを受けて、グループホーム及びショートステイは地震に対する備えとして非常用のライト・ランタンなど購入し非常時に活用したいと思います。

- 目次
- 熱中症及び食中毒について・・・1
- 藤の里のご案内・・・1
- グループホーム行事・・・2
- ショートステイより及び行事・・・3
- 厨房より・・・4
- 各事業所より・・・4
- これからの行事・編集後記・・・4

厨房より

＜熱中症を予防、緩和する栄養成分と食べ物＞

- カリウム (カリウムを多く含む食品・小豆、干しひじき、ほうれん草、じゃが芋、バナナ等) ナトリウムとの相互作用で水分の保持を助けます
- ビタミンB1 (ビタミンB1を多く含む食品・豚肉、うなぎ、グリーンピースのり、大豆等) 不足すると糖質を分解することができず、疲労物質がたまり疲れやすくなる。
- クエン酸 (クエン酸を多く含む食品・梅干し、レモン、オレンジ、食酢等) 疲労の原因となる乳酸の発生を抑え、疲労回復に優れた効果を発揮する。



各事業所より

グループホームより

8月28日に納涼祭を予定しています。当日はボランティアの方をお招きして踊りなどを行う予定です。その他誕生日会を行ったり、ボランティアの方を招きまして歌など行っています。

ショートステイより

8月21日に夏祭りを予定しています。施設利用の方もお待ちしております。

ケアプランセンターより

病院の先生や看護師・ボランティアさんや職員等、地域の方々とも密に連絡を取って、利用者様一人一人にあった介護計画を作成をしていき、利用者様の希望ややる気を大切にケアを行っていただけるように尽力して参りますので、これからもよろしくお願い致します。

ヘルパーステーションより

この時期は、食中毒・熱中症の発生と心配な時でもあります。ヘルパーステーションでは、お宅にお伺いし、生活援助(家事)・身体援助をお手伝いいたします。介護でお悩みありませんか？いつでもご相談ください。お待ちしております。

生活サポートより

いつでも予約受付してております。病院の送迎・一時預かりなどお困りの際はご相談に応じます。生活サポート：0480-70-2840

これからの予定

- 行事予定
 - 8月下旬 納涼祭・花火
 - 9月中旬 コスモス見学
 - 9月19日 敬老会
 - 10月16日 運動会
 - 12月下旬 餅つき
- *この他にも毎月 絵手紙や習字教室があります。

編集後記

今年は3月の地震の影響で電力不足に陥る恐れがあり、過度の節電による熱中症の増加も懸念されています。無理な節電で体調崩さないように職員一同気を付けて行きたいと思います。

*絵手紙や踊り・歌などのボランティアさんを募集しています。

広報担当 小白

ショートステイだより

ショートステイ 各ユニットリーダー挨拶

ひかり棟ユニットリーダー
結城 一枝

ショートステイ・ひかり棟でリーダーをやらせて頂いてます
私が心掛けている事は「笑顔で元気な挨拶」です
一日の始まり、明るい挨拶にも笑顔で返してくれます。気持ちの良い挨拶は朝から爽やかな気持ちになり、大切なコミュニケーションの一つだと思います。私達1人1人良い介護が出来るようにする為にも「笑顔で元気な挨拶」を継続し、活気のある職場作りを目指していきたいと思ひます

のぞみ棟ユニットリーダー
山内 明美

こんにちは ショートステイの山内です。
平成18年2月に入社して早5年、日々色々ありましたが、あっという間に過ぎてしまいました、今年からのぞみ棟リーダーとして活動していますがユニット型としてご利用者さま1人1人の価値観を大切に家庭的な空間を感じて頂けたらと力を入れています。

笑顔の絶えない棟でありたいです。
今年度より高卒の職員が3名入社しました、自分の子供より若い職員です、とっても素直な人達です、先輩職員の良い所だけをプラスにして頑張りたいです。私も頑張ります ファイト!!

ショートステイ メモリアルふおとぐらふ

5月うららかな日差しに誘われて散歩がてらに藤見学



七夕に願いを・・・



グループホーム 行事

- 4月17日 チューリップ見学 赤や黄色のチューリップが咲き乱れていてとても綺麗でした。
- 5月3日 伊奈のバラ園 当日は曇り空でしたが綺麗なバラが沢山咲いていました。



チューリップの前で記念撮影!



- 藤見学
当日は天候もよく温かったためゆっくりと藤を見てくる事が出来ました。藤だけでなく、ほかの花も見れてみなさん満足していました。



記念に綺麗な花のそばで一枚



- 5月15日 ジャガバター
- 6月12日 お好み焼き
職員と利用者様と一緒に作りました。美味しくできてみなさんでいただきました。



おおきいジャガイモおいしそう



おいしそうなお好み焼きが出来たね



- 7月7日 七夕
当日は、天候が悪く天の川が見えませんでした一人一人の心のこもった願い事が天に届いたかな?



願い事がかなうようにみなさんで祈りましょう

