



だんだんと暑い日が増えていき、本格的な夏の訪れを感じるこの頃。
 そろそろ熱中症・脱水に注意していきましょう！
 予防として喉が渇いていなくても、起床時・就寝時、入浴前後等食事以外にも
 こまめに水分を摂りましょう。(麦茶、経口補水液、スポーツドリンクなど)
 汗をかいたときは、塩分も一緒に摂りましょう。

熱中症の分類と対処法をご紹介します

重症度Ⅰ度 めまい・立ちくらみ・こむら返り・大量の汗

＜対処法＞涼しい場所へ移動・安静・水分補給

重症度Ⅱ度 頭痛・吐き気・体がだるい・体に力が入らない・集中力や判断力の低下

＜対処法＞涼しい場所へ移動・体を冷やす・安静・十分な水分と塩分を補給。
 症状が改善されれば受診の必要なし。水分を自力で摂取できない場合や症状に
 改善が見られない場合は受診が必要。

重症度Ⅲ度 意識障害・けいれん・運動障害

＜対処法＞涼しい場所へ移動・安静・体が熱ければ冷やす。

ためらうことなく救急車を要請。



7月といえば七夕ですね。

七夕といえば織姫と彦星の物語が有名ですが
 七夕のお話しは日本だけでなく、アジアやヨーロッパなどでも星座や天の
 川にまつわるお話があるそうです。

世界のあちこちで同じ空を見上げて物語をかたったり、願い事をしたり、
 七夕はとても素敵ですね。

施設ではイベントとして七夕、花火大会、納涼祭と施設ごとに様々なイベ
 ントを準備しております。

ご入居者様もご家族様も皆様お楽しみにしててください！



七夕会



花火大会



納涼祭

