



おでかけツアー in 巢鴨

令和5年6月実施



巢鴨といえばとげぬき地蔵尊!!
煙を浴びて、お参りをしました。

お昼ご飯はアジフライ・お蕎麦・刺身定食など☆

ご飯の後は大好きな買い物を楽しみました♪

職員研修のお知らせ

★7月★	18日(火)・19日(水)	13:30~14:30、14:45~15:45	感染症予防のため
★8月★	22日(火)・23日(水)	13:30~14:30、14:45~15:45	参加される方は検温
★9月★	19日(火)・20日(水)	13:30~14:30、14:45~15:45	マスクの着用・手洗い・消毒を推奨していま

☀ 熱中症予防対策 ☀

- 直射日光を回避**
・外出時には帽子、日傘を使いましょう。
- 冷房を活用**
・体が冷える、暑くないから止めておくのは危険です。風向きを工夫し常に室温を確認しましょう。
- こまめに水分補給**
・高齢者は喉の渇きを感じにくくなっています。たとえ喉が渇いてなくても水分をとりましょう。
- 暑さに強いという思い込みは危険**
・高齢者は暑さに対する感覚が鈍くなり汗もかきにくく、熱がこもります。注意しましょう。しっかり対策をして夏を乗り切りましょう!!

「かくれ熱中症」チェック方法

- 1 手のひらが冷たい
 - 2 舌が乾いている
 - 3 つまんだ皮膚が戻りにくい
 - 4 親指の爪を押して赤みが戻るのが遅い
- 1つでも該当していたら脱水状態の可能性あり!
すぐに対策を講じましょう!



居宅ガーデニング部



今年の夏は
プチトマトとナス
に挑戦中です!

収穫が
楽しみです♪

コミュニティ・ケア

ホームページ
随時更新中!!

Instagram



各事業所の空き情報・デイサービスのイベントの様子などを写真で掲載しています。ぜひ、チェックしてください!