



7月は梅雨真っただ中。ジメジメした日が続きます。雨に濡れてキラキラしている色とりどりの紫陽花たち。心も洗われるような気がします。暑さと湿気の多い時期です。暑さ対策・脱水予防を心がけていきましょう！



わが恋は 人との沼の 花菖蒲

泉鏡花

オリーブケア・デイサービス

6月は花菖蒲や紫陽花を見にひたちなか市や涸沼へ出かけました。咲き始めた花と外の暑い空気に触れ夏が近づいている事を感じてきました。7月は県庁や亀印製菓の工場等お出かけを企画中です。おたのしみに～♪



デイサービスセンターハビリス

6月は保育園訪問で子供達と触れ合い、希望者の方はメヒコフラミンゴ館へピラフを食べに行きました!(^^) また、カラオケや花菖蒲を観に出かけています♪



デイの様子やハビリス通信は↓をチェック!

カルドカーサ太田

朝晩冷え込む日もありますが、皆様穏やかにすごされております。これからの時期脱水ならぬよう十分に水分を摂りこの夏を乗り切って参りたいと存じます。



毎月第3水曜日13:30～15:00にカルドカフェを開催しております。介護相談や簡単な介護技術講座なども行っております♪

6月はコスモスや朝顔の苗植えやひまわりの種まきを楽しんだ子ども達。5歳児のお姉さんは観察日記や鍵盤ハーモニカを頑張っています。今月は、おじいちゃんおばあちゃんと一緒にやる七夕集会を今から心待ちしている子ども達です!(^^)!

オリヴィエキッズルーム

キッズルームの様子やお便りは↓をチェック!

今月の健康 ～ 熱中症になったらどうしたらいい! ?

熱中症ってどんな症状? ?

初期段階

- ①めまいや立ちくらみ
- ②筋肉の痛みや筋肉の硬直が起こる
- ③大量の汗が出る

その後熱中症

- ①頭痛がする
- ②気分が悪くなって吐き気、嘔吐
- ③体がだるくなって力が入らなくなるなどの症状がでてきます。

更に悪化すると、体を触ると熱く感じるほどの高温になり意識障害が起こって手足が痙攣したり思うように動かせなくなったり、意識はあってもまっすぐ歩けなかったり走れなかったりするようになります。

当てはまる症状があれば、涼しい風通しの良い場所で早めに休むことが大切です。



熱中症の応急ポイント

- ①風通しの良い場所や、冷房の効いた室内などへ移動する
 - ②衣服を緩めて風通しを良くする
 - ③水分や塩分をしっかりと補給する
 - ④筋肉が痛くなったり、痙攣したりするなら生理食塩水(0.9%の食塩水)を摂取、通常はこれで回復!
 - ⑤めまいや倦怠感、むかつきや嘔吐、頭痛のある時にはイオン飲料や経口補水液を補給!
 - ⑥足を高くして手や足を先の方から心臓部に向かってマッサージするのも有効
 - ⑦体に水をかけたり冷たい濡れタオルを当てて体を冷やす
- ＜重要＞ 濡れタオルは首筋、腋の下、足の付け根に当てましょう。ここは皮膚に比較的近い場所に大きい動脈があるからです。血液を冷やすことで体の熱を取ることが出来ます。

利用料引落日のお知らせ

7月の口座引落日は7月17日(水)です。前日までにご確認をお願い致します。



サービス提供について不都合なことやご希望がありましたら遠慮なくお話し下さい。よりよいサービスの為に、対応方法を一緒に考えていきたいと思っています。

オリーブケア
東海村須和間1435-9
Tel.029(287)1980

デイサービスセンターハビリス
東海村舟石川833-6
Tel.029(219)7814

カルドカーサ太田
常陸太田市山下町4050-2
Tel.0294(85)8688

オリヴィエキッズルーム
東海村舟石川833-6
Tel.029(282)7758

