

今月の表紙は



田中 房枝さん
(90歳)
ご主人の茂さん
(95歳)

とても朗らかで優しく、家事はカンペキで昔話をたくさんして下さる房枝さん。脳トレとして数独をされているとのこと！看護師ともコグニサイズを頑張っています。一緒に写っているあじさいは20年前に購入したものが、大きくなって毎年咲いているそうです。

職場結婚されて68年。夫婦円満の秘訣は「言いたいことを言う 二人で一緒に食事をする事」だそうです(*^-^*)これからも二人で仲良くお過ごし下さい。

🍀つばやき🍀

利用者さんや職員の周りで、ちょいちょいコロナ感染を聞きます。コロナ感染のことだけでなく、手洗いうがいは継続してもらえればと思います！



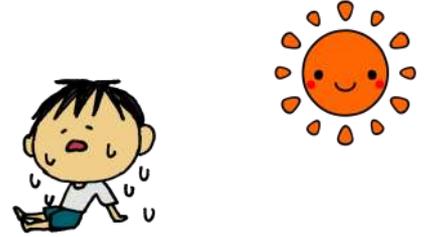
❀ お知らせ & お願い ❀

- 保険証の変更や、かかりつけの先生が変わられたときは、担当にお知らせください。

ああ、熱中症ううう～

昨年より23日遅い梅雨入りでしたが、暑くなり冷房などがないと過ごしにくい気候になってきました。急な気候変化に、ニュースなどでも熱中症の話題が多くなってきています。例年、この時期に熱中症のことを記載していますが、今年も皆さんに意識して頂きたいと思います。

高温多湿な環境に長時間いると、体温調節機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもります。
10歳未満の子供や65歳以上の高齢者、また寝不足や肥満者などは熱中症になりやすい人になります。

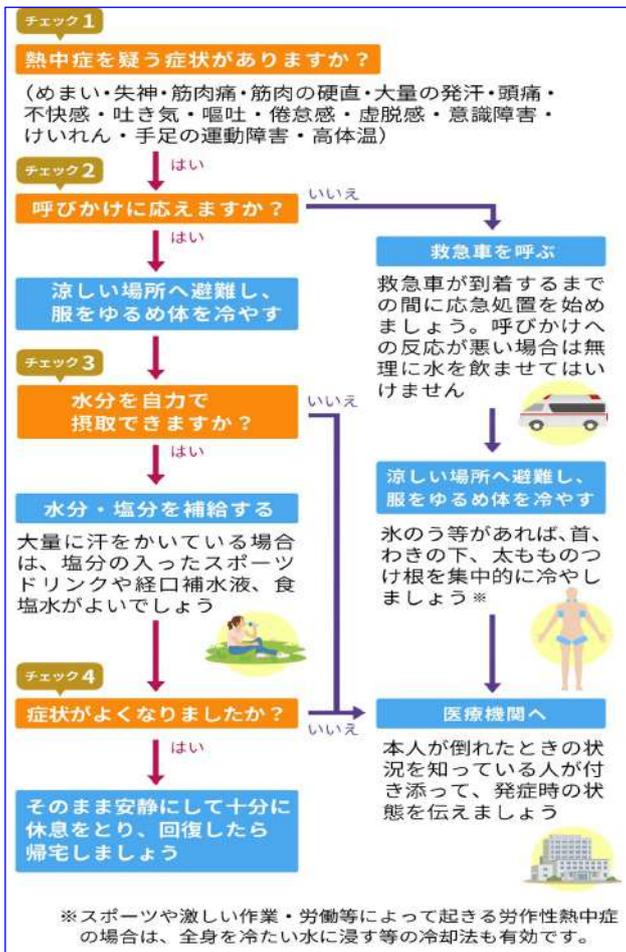


太陽が照りつける場所や、動いている最中だけではない！！



対策！

- ・室内は室温を28℃以下にする
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水などで室内に侵入する熱を軽減する
- ・屋外では日傘、帽子を利用する
- ・通気性、吸湿性、速乾性の良い衣服を着用する
- ・危険性の高い時間帯の外出はしない
- ・保冷剤、水、冷たいタオルなどで身体を冷やす
- ・室内外問わず、喉の渇きを感じなくても水分、塩分、補水液などを補給



厚生労働省HPより

今年の夏も乗り切りましょう！！

みどりヶ丘訪問看護ステーション 理念

「私たちは、看護・リハビリの
発想と技術を駆使し、
あなたが生活の場において
笑顔で過ごせるよう支援していきます」

社会医療法人 祐生会
みどりヶ丘訪問看護ステーション

〒569-1127 高槻市西真上1-35-17
Tel: 072-681-5605

✿編集後記✿

蒸し暑くなってきましたね…。私もあまり冷房は好きではないですが、そうも言ってもらえないですね。しかも梅雨が明けたとて…。ですよね。

今年は梅ジュースを漬けてみました。ジュースはおいしいですが、中に大量の氷砂糖が溶けているのかと思うと、高カロリーへの後ろめたさも溶け込んでいる気がして、若干気が引けます…(-_-;))