

8月

ひばり棟通信

8月の予定

- | | |
|------------|------------|
| 4日(木) 誕生会 | 21日(日) 上映会 |
| 7日(日) 上映会 | 22日(木) 調理会 |
| 14日(日) 上映会 | 25日(木) 夏祭り |
| 28日(日) 上映会 | 31日(日) 上映会 |

※中止・変更になる場合があります。

～ひばり棟より～

8月になり夏本番の季節になりました。毎年暑さが増し、日本全体が35度を超えるような猛暑が続いています。利用者様には脱水防止でコーヒー・紅茶・お茶など美味しく沢山飲んで頂けるようにしています。

また、おやつにも夏にはアイスを提供したり行事でかき氷を食べたり季節に合った食事やおやつを食べて頂いています。利用者様一人一人が猛暑に負けないように元気で笑顔が見られるよう今後も対応したいと思います。7月には流しそうめん会を行いました。普段あまり麺類を食べる事も少ないので、そうめんを無我夢中で美味しく食べていました。

今回の流しそうめん会は利用者様と職員と一緒に楽しめた行事だったので、来年も行いたいと思いました。

暑さがまだまだ続きますので、御家族様も熱中症・脱水症にならない様十分気を付けて頂きたいと思います。

対面での面会は出来ませんが、窓越し面会やwebでの面会は行っていますので是非面会に来て頂きたいと思います。

～栄養科より～

夏の脱水対策

体内の水分は主に「水」と「塩分」でできています。そのため、身体の水分不足(脱水)を防ぐためには水分だけでなく塩分補給も必要になります。毎日の水分補給は水やお茶が基本ですが、お好みの紅茶やコーヒーでも良いでしょう。また、汗のかきやすい夏場や下痢、嘔吐のある場合などは電解質が多く含まれ、水分が効率的に吸収される「経口補水液」をうまく活用することも必要です。心臓や腎臓の病気で治療を受けている人は、水分の取りすぎに注意が必要なため医師に相談しましょう。

7月の行事写真

7月22日流しそうめん会

