

納涼祭が開催されました！

施設イベントとして毎年行われている「納涼祭」が7月28日に開催されました。

テーマは「ハワイアン」。利用者様たちと協力しながら装飾品を作り、当日は職員がアロハシャツやムームーを着てハワイアンを演出しました。

台風のため屋外での模擬店は楽しんでいただくことができませんでしたが、最後に行われた職員によるカキ氷とコーラの早食い・早飲み競争では皆様の声援や笑い声があり、普段見ることの無い職員の一面を見て楽しめたようです。



今後の予定

10月20日 文化祭
12月中旬 クリスマス会

■ ボランティアによる活動

第2・4水曜日 書道
随時 大正琴

保育園児訪問や秋には中学生の職場体験も行ってます。

**ボランティアさん
募集中！**

今年は酷暑！
熱中症に注意！



■ 熱中症とは

体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして、体温の上昇やめまい、けいれん、嘔吐、頭痛などの様々な症状を起こす病気のこと。

■ 熱中症の応急処置

涼しい環境に移す / 脱衣と冷却 / 水分と塩分を補給する

※熱中症を疑う症状があり 意識がない、または呼びかけに対する返事がおかしい場合は、すぐに救急車を呼びましょう。

水分を自力で取れない場合は医療機関へ。



水分・塩分補給



熱中症になりにくい室内環境



体調に合わせた取り組み



外出時の準備



食中毒について

気温が高くなるこの時期に気をつけたいのが食中毒。

食中毒予防の三原則は ①つけない ②増やさない ③やっつけるです。

「つけない」…手洗いをしっかりする。生で食べるものと加熱が必要なものを近くに置いて作業しない。

「増やさない」…低温で保管する。買ってきたものはすぐに冷蔵庫へ。余ったカレーなどは鍋のまま放置は危険です。小分けにしてすぐに冷蔵保管で保管しましょう。

「やっつける」…よく加熱する。多くの菌は加熱により死滅するといわれています。75℃以上で1分以上の加熱が目安です。

使用後の調理器具の洗浄・殺菌も忘れずに行ってください。

特に今年は猛暑のため、食品の衛生管理が難しくご自宅からの食品の持ち込みには十分お気をつけください。

また、持ち込んだ食品はその場で召し上がっていただき、残ったものは必ず当日中にお持ち帰りいただきますよう、ご協力よろしくお願いいたします。

いきいき百歳体操 開催中

毎週日曜日 10:00～

お問い合わせ先

☎大野南高齢者支援センター
042-767-3701

