

第6回

い

き

い

き

塾

※終了しました。

スナップから

7/9(日) 天寿荘
 10:00 ~ 13:00

(受付9:30)

参加費：無料

- 『カラオケで脳トレ～』 10:00 ~
- 『今日から始める介護予防』

講師：ケアハイツやすらぎ

理学療法士：大 西 正 彰

作業療法士：東 島 和 史



ほつらいん
 天寿会だより

発行所

社会福祉法人

天寿会

多久市北多久町
 大字小侍640-1

TEL 0952-74-3100

FAX 0952-74-3137

http://www.tenjukai.com

E-mail tenjusou@po.saganet.ne.jp

天寿荘ヘルパー便り (7月号) より 『高齢者の熱中症』

熱中症は、高齢者の発症割合が半数をしめている事をご存知でしょうか？高齢者の熱中症発症は60%が室内にいる状態で発症しています。

なぜ高齢者は熱中症になりやすいのでしょうか？

- ・年齢とともに新陳代謝が低下するため、体内で作られる水の量が減ってしまい、体内の水分が不足しているためです。
- ・加齢とともに「暑い」という感覚が低下しています。また、喉の渇きを感じる機能も低下するため、「喉が渇いているかわからない状態」になってしまいます。

※高齢者は「暑い」と感じる事が鈍くなっているため本当は水分が減っている状態なのに気付かず熱中症になってしまうのです。

熱中症の予防は室内でも行いましょう！

- ・室内に温度計をおきましょう！
 室内温度は28℃を目安に
- ・意識してこまめに水分補給をしましょう！
- ・エアコンを上手に活用しましょう！
- ・調理中も注意が必要です！
- ・外出先から帰ってきた時も注意しましょう！
 ※室内に熱がこもりやすくなっています。
- ・お風呂や寝るときも気をつけましょう！
 寝るときは枕元に飲料を置いたりエアコンを利用して室温の調節を心掛けるようにしましょう。

水分補給を行い、高温多湿を避けて
 今年の夏も乗り切りましょう！

- P7 : 介護付有料老人ホーム ヴィラ梅光
- P6 : 特別養護老人ホーム 梅光園
- P5 : 特別養護老人ホーム 玄海園・グループホームつばき
- P4 : 介護老人保健施設 ケアハイツやすらぎ
- P3 : 特定施設入居者生活介護 ケアハウス大地・グループホーム大地
- P2 : 特別養護老人ホーム 天寿荘

お散歩

天寿荘のくらし

大聖寺アジサイ見学(武雄市)

天寿荘周辺をお散歩しました。民家のお庭に咲くお花を眺め、外の空気を存分に吸って良い気分転換になりました。



行きの車中より皆さん表情も良く外出を楽しまれているようでした。5分咲き程度でしたが、「お菓子でん持って来ればよかったねー」「色の濃くてキレイだねー」と皆さん楽しんで頂けた様子でした。



お墓参り

ご家族のご協力を頂き、お墓に手を合わせにお連れしました。入居様はもちろん、ご家族も4年ぶりの一緒の外出をととても喜んでいらっしゃいました。



天寿荘デイサービスの取り組み

★個別機能訓練Ⅱにて園芸活動

時間をかけて大きな紫陽花を飾りました(とても綺麗にできました)。



レクリエーションスナップ



風船バレー



色塗りと折り紙



▼ドラヤき作り

火曜デイサークル活動

絵手紙▼



ケアハウス大地の暮らし

夏だ! ハワイだ! フラダンスだ!



誕生会に多久原フラガールの皆様に来て下さいました。

バスハイクで伊万里の「るーらる」へ伊万里牛を食べに行きました。今回は自由にメニューを選んで、ステーキや焼肉定食など好きな物を食べて皆さん大満足でした。



野勝様カラオケショー



歌謡曲や童謡など馴染みの曲を歌っていただき、皆さんとても喜ばれていました。

今日のメニューはカレーとデザートバイキングです。カレーは全部自分達料理! 味も甘口・中辛・辛口と作ってとてもおいしかったです。



グループホーム大地の暮らし



美容師さんのお手並みで増々きれいになっ...



百寿のお誕生日おめでとうございます。



七夕様に願いを込めて



大地川柳会

栗ご飯栗の一つを数えてる
こぼれ日にソーメン流して夏を食い
ボケさせてなるかと父と酌み交す
ネムの花垣根にもたれ眠ってる
読みかえしました読みかえす友の文
久々の散歩四つ葉にめぐり会う

大塚 一雄様
山本 五六様
今村 重幸様
来崎 朝子様
濱田 悦子様
永尾 里子様