

津森デイケアだより

令和5年8月号 No.160

孝生会グループ
津森医院

医療法人孝生会
津森医院デイケアセンター
東大阪市若江東町4丁目2-5
TEL:06-6224-7641

毎日厳しく危険な暑さが続いています、皆様お変わりないでしょうか？

デイケアの方でもバランスの良い食事を！こまめな水分を！しっかり睡眠を！と毎日皆さんにお伝えしています。気を付けていても気が付いたら熱中症や脱水症状になっていることがあります。どうか皆様気を付けて下さいね。厳しい暑さですが利用者皆様の元気な顔を拝見できてスタッフも元気をもらっています。私達スタッフも皆様に元気を与えられるようこれからも色々な事に挑戦していきますね！！

8月の気象病～あせもに注意～

気温が高くなると汗をかきますが、汗をかきっぱなしにしていると汗が汗管に詰まって皮膚の中に溜まり炎症を起こします。この発疹のことを一般的にあせもと呼びます。近年は猛暑により汗を大量にかくことが増え、赤ちゃんから高齢者の方まであせもができてきているようです。特に皮膚が重なっている膝の裏や肘などの関節付近や肥満でお腹の皮膚が重なっている場所は汗が溜まりやすくなるので要注意です！！



あせもの予防方法

1. 肌を清潔に保つ

汗をかいてそのまま放置しておくことが、あせもの一番の原因です。肌を清潔に保つためにも、汗はこまめに拭き取るようにしましょう。乾いたタオルよりも清潔な濡れタオルで優しく拭き取るようにするのがおすすめです。

2. 肌をゴシゴシと洗わない

汗を流すためにシャワーを使用する際には優しく洗うようにしましょう。熱いお湯で流したり、ゴシゴシ洗ったり、洗浄力の強い石鹸類で洗うと皮膚が乾燥してバリア機能を弱め、炎症を起こしやすくなりますので注意してください。

3. 室内の温度管理

エアコンを使用して室内の温度を管理し、汗のかきっぱなしにならないようにしましょう。

津森ほっこりコーナー

仲良しコンビ
坂下様&佐藤様

笑顔が素敵な
江口様

キレイな塗り絵が
できました
鈴木様

水曜日男前コンビ
小川様&北村様

いつも優しい
北村様

感謝状の表彰で
素敵な笑顔の
北木様

わらびもち



おいしいおやつコーナー



涼しくてとろ～り美味しいと評判のわらびもちです



今陽会の名付け親
籠本千代子さまです。
細かい作業ができるのかなあと思っていたが、やっていくうちに自信がついてきたと嬉しそうに話してくれました。

6.7月は涼しそ～なうちわを作りました



毎週金曜日に集団で行う作業リハビリです。早いもので始から6月で1年になりました。籠本様が名付けて下さった今陽会。その意味は【今を大切に、今の陽の光を感じてもらう会】という意味を持って私達スタッフも取り組んでおります。利用者様が取り組んでおられる姿はいつも生き生きしておられ、なにより楽しみにして下さっていることが私達スタッフはとても嬉しいです。いくつになっても諦めるのではなく挑戦することの素晴らしさを利用者様に教えてもらっています。たくさんの利用者様のやる気や生きがいになればと思っています。やりたい！！という方はいつでも声をかけて下さいね😊



朝顔作り

先月の新聞で作業レクのお手伝い風景を載せたことを皆さん覚えていませんか？皆様のおかげでキレイな紫陽花が出来ました



缶詰ソフトパン
津森デイケアではいつ起こるか分からない災害に対する対策や防災グッズをしっかりと用意しています。