



7月

「七夕祭り」



7月4日～7月9日まで

デイサービスの天井には、**天の川**が流れています。今年の7/7は晴れるでしょうか？

短冊に願いを込めて、笹に飾り付けをしました。  
皆様、さまざまな願いを書いておられました。



「夏祭りのご案内」

【期 間】：平成23年7月26日（火）～8月1日（月）まで

色々な遊び・屋台・盆踊りも企画しています。お楽しみに！！  
※詳しくは、連絡帳にてご連絡させていただきます。



「園芸クラブ活動日記」



庭の花壇の花もキレイに咲いています。

利用者様に担当を決めて水やりなどのお世話をお願いしています。



7月 手芸教室「作品作り」

6月の  
作品作りの風景



7月は、夏祭りの飾り付けを皆さまで作成していただきます。

6月の作品「手袋わんこ」は、色々な顔をした「わんこ」ができました。



「ピンポンころころ大会（曜日対抗）」

結果発表

|      | 6月13日        | 6月14日        | 6月15日        | 6月16日       | 6月17日        | 6月18日           |
|------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-----------------|
|      | 月            | 火            | 水            | 木           | 金            | 土               |
| 合計点数 | 950点         | 1360点        | 1250点        | 900点        | 640点         | 1260点           |
| 最高得点 | 150点<br>富家さん | 300点<br>坊垣さん | 180点<br>岩谷さん | 140点<br>東さん | 100点<br>斉藤さん | 300点<br>中川(逸)さん |

優勝は  
火曜日!!



皆さん！ご存知ですか？

去年2010年熱中症で救急搬送されたのは56,064人。うち171人が亡くられています。全死亡者のうち男性52%、女性85%が65歳以上の高齢者なんです！

そこで熱中症について特集します。

【熱中症とは】

高温環境下で体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして、発症する障害の総称です。

高齢者は若年者より熱を放散する能力が低く身体に熱がたまりやすくなり、深部体温がより上昇します。

- （高齢者は
- ◆暑さを感じにくい！
  - ◆汗をかきにくい！
  - ◆のどが渇きを感じにくい（水分を欲しにくい）



【熱中症の症状】

軽いものでは、めまい・失神・大量の発汗など。これらを放っておくと、頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感が出現し、重症化すると、意識障害・けいれんなど死にいたるケースもあります。

【日常生活の注意事項】

①暑さをさける

室内でも熱中症の危険あり、室内の温度は28℃以上にならないように気をつけましょう。

デイでは・・・こまめに室温管理をして、快適な環境作りをします。

②健康管理

規則正しい生活を送りましょう。

デイでは・・・看護師による健康チェックをしています。

③水分補給

のどが渇いていなくても、時間を決めて水分補給しましょう。

デイでは・・・適宜、水分補給を促します。冷たいお茶も準備しております。

④体力作り

程度に身体を動かしましょう。

デイでは・・・体操や機能訓練で体力作りをします。

⑤栄養管理

バランスの良い食事を心がけましょう

デイでは・・・栄養のあるバランスの良い食事を提供します。



■ 桂千代原ロデイサービスセンター ■■■■■■

〒615-8235 京都市西京区御陵内町3-1

TEL：075-381-1717/FAX：075-381-7000

