



まほろば通信

令和6年8月吉日⑦号(不定期発行)

社会福祉法人 湘光会

〒258-0010

神奈川県足柄上郡大井町大井中央47番
地域密着型特別養護老人ホーム まほろばの家

TEL:0465-46-8037 FAX:0465-46-8027



施設長就任あいさつ



皆様はじめまして。令和6年7月16日よりまほろばの家の施設長に就任いたしました **須田** です。まほろばの家への移動前は小規模多機能型居宅介護施設 きらめきのケアマネージャーや管理者として仕事をしておりました。

前施設長の小宮山が職員と一緒に築いてきたご入居者様、ご家族との信頼関係を更に良いものにしていけるよう頑張っていきます。

今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



熱中症にならないために

基本的な熱中症対策

食事編

規則正しい食生活をするとともに、こまめな水分補給をすることが大切です。

【規則正しい食生活をする】

- ・3食(朝食、昼食、夕食)をしっかり食べる(欠食をしない)
- ・主食・主菜・副食を揃えた、偏りのないバランスの良い食事を摂る
- ・十分な休息をとる

【こまめに水分補給する】

- ・のどが渇くまえに水分補給(1日あたり1.2Lが目安)
- ・起床時や、入浴前後にも水分補給
- ・大汗をかいたあとの塩分補給も忘れずに
- ・身体に影響を与えるような暑さの中で失われた水分、電解質を補給する

環境・運動編

適切な環境とそれに照らした行動変容に加え、暑さに備えた事前の体づくりが大切です。

【暑さを避ける】

- 室外**
 - ・炎天下や高温多湿の場での作業や運動は避ける
 - ・日傘や帽子の着用、日陰を歩く、こまめな休憩をとる(帽子は時々はずして、汗の蒸発を促す)
- 室内**
 - ・冷房や扇風機で温度を調節、風通しをよくする、遮光する(ブラインドや簾の利用)
 - ・室温をこまめに確認する

暑さの感じ方は、人によって異なります。節電を意識するあまり、熱中症対策を忘れないよう注意してください。気温が高い日や湿度の高い日には無理な節電をせず、適度に冷房や扇風機を使いましょう。

- 衣服**
 - ・吸汗・速乾素材や通気性のよいもの、ゆったりしたものを着用する

【暑さに備えた体づくり】

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動し、体を暑さに慣らす
- ・体を鍛えて、筋肉をつけるようにする

神奈川県 ホームページ引用



管理栄養士就任あいさつ

こんにちは。管理栄養士の**府川**です。8月よりまほろばの家でお世話になる事になりました。利用者との関わりを増やし、その方にあった食事提供、また食べる喜びを感じてもらえるよう美味しいと思ってもらえるような食事作りに努めていきたいと思えます。

笑顔で頑張ります(^^)。
よろしくお願いいたします。



ここ、まほろばの家でオリーブの実が
ごくわずかですが実りました。
植栽から3年目です。



2024/08/05 08:14

佐藤病院 杉江医師による 定期往診



・・・コロナ感染について・・・

当施設で7月28日から8月5日まで、入居者様8名、職員3名がコロナ感染致しました。8月7日現在では新たな感染者は無く、終息に向かいつつあります。面会等でご心配をおかけしておりますが、引き続き感染対策をしっかりと行ってまいります。

七夕行事食



感染委員会による研修

職員研修内容
※※※
感染症について



お知らせ

2024年 8月 予定

17日	コーラスボランティア
23日	理美容
7日・21日	歯科 往診
10日・24日	医師 往診

小宮山前施設長は2022年2月に当施設に就任され、この度7月15日をもって退任されました。
※ お疲れさまでした ※

7月号 クイズ
答え 1. A玉

8月のクイズ

孫がおじいちゃんとボール遊びをしました。



どんな遊びをしたでしょう？



こたえは次月号