

# ハートケアたより 6月号(京都市版)

6月に入り、2023年も1年の半分が過ぎようとしています。気温も高くなり、関西でも夏日が続いています。これから7月～8月と気温が高くなっていきますので熱中症にも気を付けていく必要があります。7月・8月にピークを迎える熱中症ですが、気温・湿度等の条件により6月に緊急搬送されるケースも増えています。気温以上に湿度も大きく関わってくる、熱中症。発症しないに越したことはありませんが、自分や周りの人が万一発症し、慌てる前に必要最低限の知識は身につけて行きたい所ですね。そこで熱中症について調べてみましたのでご参考程度に読んで頂けますと幸いです。

まず、熱中症とは屋外・屋内を問わず、高温や多湿等の環境下で身体が適応障害を起こした状態の総称になります。「今すぐ救急車！」となるか否かの一般的な判断は、意識がはっきりとしているか否かの見極めが重要と言われています。会話が成り立たない(呂律が回らない)、自分で飲み物を飲めなかったり、ほとんどこぼしてしまったり等、意識がもうろうとしているようなら、迷わず119番通報です。救急車が到着するまでの間、以下、出来る限りの応急処置を尽くしてください。ここでは、一般的に言われている応急処置を列挙します(救急車を呼んだ際に指示を仰ぐことも忘れずに)。以下が全てでは無いかと思いますが、熱中症には十分に気を付けながら、夏の季節をお過ごし下さい。

- ◆【涼しい場所に移動させ、衣服を緩める】：ベルト・ネクタイ・ボタン等、身体を締めつける物は外す。涼しい場所が近くにない場合はとにかく日陰を作り、うちわ等であおぐ。
- ◆【身体を冷やす】：冷やすポイントは「首の前の部分(前頸部)」「脇の下」「足の付け根」の3カ所(血流の緩やかな太い静脈が体表付近を通っている箇所)。
- ◆【水(スポーツドリンクがあれば尚可)を適度に飲ませる】：冷たいものを一気に飲ませ過ぎると胃痙攣を起こす可能性もあるので要注意。水だけを大量に飲みすぎると体内の塩分濃度が薄まる他、尿としても水分が排出され、脱水症状を引き起こす可能性がある。〈参考/引用〉<https://netacon.net/neta/366822185.html>

## カーサテルクオーレ桂離宮 ～入居者様の様子～





# カーサテルクオーレ太秦天神川 ~入居者様の様子~



# カーサテルクオーレ太秦 ~グループワーク~



週1回の看護師による  
グループワーク！

インスタグラムを随時更新しておりますので右のQRコードよりは是非ご覧ください！！

いいねをお願いします



HEART.CARE.08.10.16



# ハートケアたより

6月号(宇治市版)

## カーサテルクオーレ宇治 ~入居者様の様子~



☆日常の1ページ☆



## カーサテルクオーレ宇治大久保 ~入居者様の様子~

☆日常の1ページ☆



家庭菜園



インスタグラムを随時更新しておりますので右のQRコードより是非ご覧ください！！

いいねをお願いします



HEART\_CARE\_08.10.16



# ハートケアたより 6月号

お昼のお食事中に  
パシャリ(\*\_\*\*)

## メゾンドゥクール枚方宮之阪



## ハートケア箕面彩都

髪の毛カット(\*\_\*\*)  
綺麗にして頂きました★





食堂での普段の様子  
(\*^\_^\*) 皆さん笑顔がいい  
ですね★

# カーサデルクオーレ北巽



以前の日常に戻りつつあります  
★笑顔も自然とでますね！

# フォレストライフ善根寺



Instagramを随時更新しておりますので右の  
QRコードより是非ご覧ください！  
いいねをお願いします！



HABUSHIKICAISHA\_HEART\_CARE





# ハートケアたより 2023年6月

皆様こんにちは!!

雨や台風で温度差が激しいですが、皆様体調は崩されていないでしょうか??

梅雨を抜ければ、暑くなってきますので、  
水分補給や適度に休憩をとって、生活をしてください!!

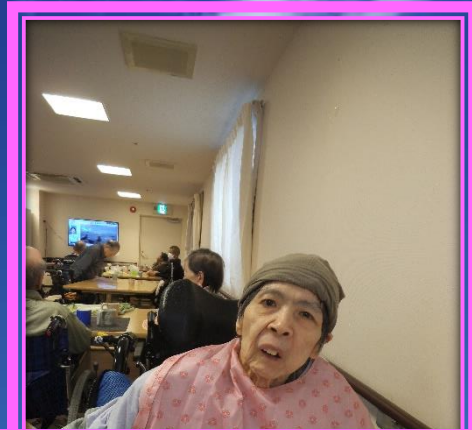
そして、施設まで面会に来て、  
利用者様に元気を届けに来てくださいね(\*^▽^\*)

よろしく願いいたします!!

それでは、堺エリアの皆様のご様子をお伝えいたします!!

ご覧くださいませ!!

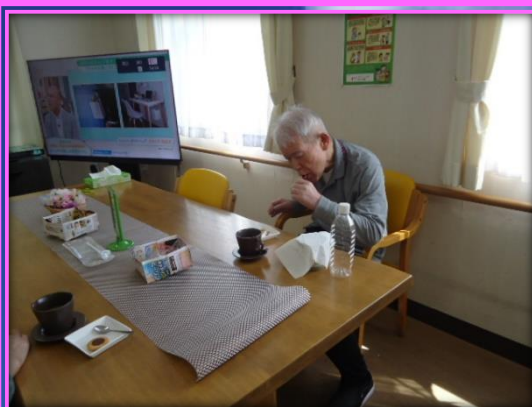
## 施設での様子 ライフコート 深井





# 施設での様子

# エヌスコート 美原



インスタグラムを随時更新しておりますので右のQRコードより是非ご覧ください！！  
いいねをお願いします！







# ハートケアたより 2023年6月

皆様こんにちは！！お元気でしょうか？  
貝塚エリアの皆様は変わらず元気で過ごしていただけてます(\*^▽^\*)  
それでは、2023年6月度の皆様のご様子をお伝えいたします！！  
なんと今月のデイサービスでは、ご自身で白玉団子を作り、  
🍵手作りフルーツポンチ🍷を作っていました♡♡♡  
一方、施設の方々は。。。  
避難訓練っ！！！！！！(´ω´)ゞ  
皆様熱心にご参加いただけました！！  
それでは、皆様のご様子をご覧ください！！

## 施設での様子 貝塚デイサービス





# 施設での様子

# ライフコート

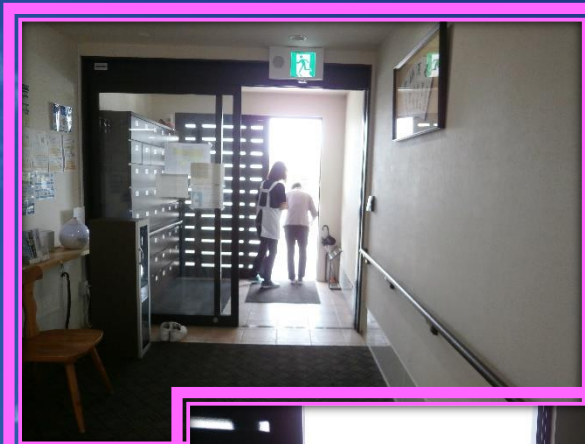
# 貝塚



# 施設での様子

# ライフコート

# 貝塚加神



Instagramを随時更新しておりますので右のQRコードより是非ご覧ください！！



HEART\_CARE\_09.19.16