

七夕飾りを作りました



皆様のお願事が叶いますように。



7月のお誕生日おめでとうございます



お料理教室

餃子の皮でピザを作りました。
皆様に美味しく頂きました。



ゆりの里だより

第 111 号

平成 30 年 8 月

宅 老 所
グループホーム
高齢者専用住宅

佐土原町下田島 19658-1

TEL0985-72-0680

URL<http://care.net.biz/45/yurinosato>

↓ (宮崎市ゆりの里で検索可)

優しい時間(とき)の流れる、絆強い極楽の園
人情・心通わす第二の家
ゆりの里

(熱中症について)

熱中症になる3つの要因

(環境による要因)

- ・気温が高い
- ・湿度が高い
- ・強い日差し
- ・通気が悪い、風が弱い
- ・厚着をしている

(身体的な要因)

- ・体調が悪い
- ・高齢者や乳幼児
- ・糖尿病などの持病がある
- ・肥満
- ・運動不足

(行動による要因)

- ・激しい運動
- ・長時間の炎天下での労働
- ・水分補給がしにくい状況

高齢者の予防

- ・扇風機やエアコンを利用する
- ・危険度が高い時の外出を控える
- ・喉が乾かなくても水分を摂る
- ・気温や湿度を測る

高齢者は体温調節機能が低下しているため、汗をかきにくくなっています。

また元々身体の水分も少ないのに、口が乾きにくい為に水分をあまり摂らない人が多く、家の中でも熱中症になりやすくなります。

無料体験実施中

宅老所・認知症対応型グループホームでの体験を一泊二日にてご自由にご利用頂けます。お気軽にお問い合わせ下さい。

空き状況：宅老所…二人部屋1床

グループホーム…1床（平成30年7月末現在）

作成：松元・清水