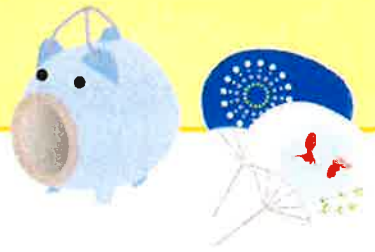


地域包括支援センターとよた苑

電話:(直通)0565-87-3700
(代表)0565-88-1700



暑い時期となりました。
皆さまくれぐれも健康にはお気をつけ下さい

〈主な活動紹介〉

美里・益富地区の民生委員の方々お暑い中奉仕作業ありがとうございました



施設内がきれいになり
ご利用者様も快適に過ごすことができます



予防教室・認知症サポーター養成講座等行っています



地域包括支援センターでは、
認知症サポーター養成講座・
介護予防教室等を随時開催して
います。ご希望のある方は
ご連絡下さい



今後の予定



7日 ささえあいネットワーク会議
10日 野見予防教室
11日 おしゃべりサロン



6日 五ヶ丘予防教室
12日 大見町予防教室・おしゃべりサロン
13日 美里3区予防教室
20日 野見認知症サポーター養成講座
26日 おしゃべりカフェ
28日 家族交流会



8日 特別養護老人ホーム
とよた苑 夏祭り

熱中症に気をつけよう！！

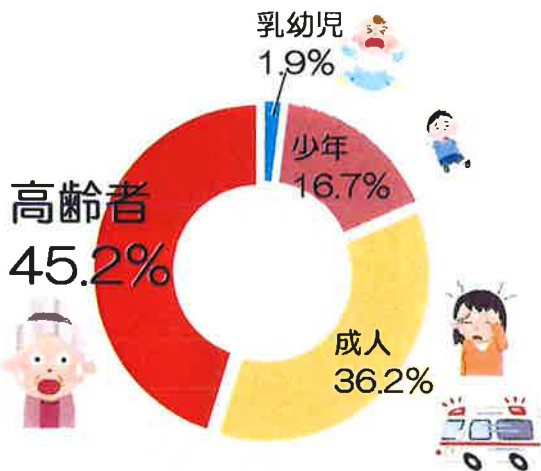
(熱中症の発生は7～8月がピークです)



今年も暑い夏がやってきます。
とくに高齢者は熱中症になりやすく、重症化すれば死亡するケースもあります。
今年も熱中症にならないように、予防対策を行いこれからの季節に備えましょう。

年齢別熱中症の搬送状況

熱中症の約半数は**65歳以上の高齢者**です



なぜ高齢者は熱中症にかかりやすい？

①体内の水分量が少ない

②暑さ寒さの感覚が鈍くなる

③体温調節機能の低下



平成27年9月熱中症救急搬送状況



熱中症の予防と対策



- ☀️ こまめに水分補給を行う
- ☀️ 日傘の利用、帽子をかぶる
- ☀️ 部屋の風通しをよくする
- ☀️ 暑い日は外出を控える
- ☀️ 上手にエアコンを利用する
- ☀️ 飲み物を持ち歩く
- ☀️ 涼しい服装で過ごす
- ☀️ すだれやカーテンで日差しをさえぎる

油断は禁物!!

熱中症はいつ、どこで起こってもおかしくありません。

熱中症の4割が屋内で発生しています。日本の夜は蒸し暑く、
就寝中も油断できません。**寝る前も水分を摂りましょう。**

