



アイリスちくさ内山 便り

平成30年
6月発行



晴れたり雨が降ったり、天気の変り変わりが多いこの時期、じっとりした湿気とともに気温もぐんぐん上昇してきておりますが皆様いかがお過ごしでしょうか。

先月上旬に、熱中症で救急搬送されたニュースがありました。体が暑さに十分順応できていないこの時期から夏に向けて注意が必要となってきますね。

熱中症は、気温や湿度の高い環境(暑熱環境)下で、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、体温調節機能がうまく働かなくなってしまうために現れる症状で、時間や場所を選ばず、赤ちゃんからお年寄りまで誰にでも起こります。

熱中症は屋外の太陽光の下だけで起こるわけではなく、室内でも発症し日常生活の中で徐々に悪化するのが特徴です。屋内でも暑さで知らず知らずのうちに大量の汗をかいており、体内の水分が失われることで脱水症状になって倦怠感やめまい、頭痛、脱力感、吐気などが起こります。

暑い季節は起床時から寝る前までとにかくこまめに水分補給に心がけてください。



アイリスの畑で収穫したイチゴをパクリ！美味しかったです。



アイリスの畑で収穫したキャベツをお好み焼きで食べて頂きました。

ニチイキッズの園児、1歳さん、2歳さんが遊びに来てくれました。子どもたちの活動に涙する利用者様もみえました。



アイリス喫茶も同時開催。好きな飲みものもご用意いたしました。



ナースケアホームアイリスちくさ内山(看護小規模多機能型居宅介護)
〒464-0075 名古屋市千種区内山二丁目13番16号
電話番号:052-741-7857 / FAX:052-741-7858