

樂

# ふるさと

白楽荘在宅サービスセンターだより

平成25年7月25日 発行

白楽荘在宅サービスセンター

TEL 042-376-2942

<http://www.rakuyuukai.com/>



今年の梅雨は早く始まったと思ったら、あっという間にあけて暑い日が続いています。「毎年七夕には雨が降り天の川を見ることができません」とニュースで流れていました。デイサービスでは短冊に願いを込めて笹に飾り、晴れる事を祈っていました。皆様にお書きいただいた思い思いの願いを拝見して心が温かくなりました。



7月9日に近隣保育園の園児達が白楽荘に遊びに来てくれました。色とりどりの手作り首飾りをかけてもらい、「上をむいて歩こう」等を合唱してくれました。皆様大変喜ばれ、顔がほころんでいるお姿は何か思い出す事があったのでしょうか。



白楽荘デイサービスから見渡せる多摩の景色をご覧になったことはありますか？高台からの眺めは、とても気持ちの良いものです。

雨がやみ太陽が緑を照らしキラキラ光る景色は癒されます。写真ではなかなかお伝えできないのが残念でなりません。来荘の際は一度眺めて見てはいかがでしょうか？

## 熱中症対策について！

熱中症とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分や塩分（ナトリウム）などのバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体がだるい、ひどいときにはけいれんや意識の異常など、様々な症状をおこす病気です。

＜熱中症予防のポイント＞

- ①室温をこまめにチェックし、扇風機やエアコンを活用する
- ②喉が渇かなくても、こまめに水分補給を行う
- ③三食栄養のある食事を摂る

家の中でじっとしていても室温や湿度が高いために、熱中症になる場合がありますので、ご注意ください。

## 8月の白楽荘デイサービス

### ★デイサービス見学会

下記の日程で実施いたします。皆様のご参加をお待ちしております。  
日時…平成25年8月14日（水） 13時30分から16時00分まで

### ★平成25年度第2回家族介護者教室を下記の通りに開催いたします。

日時…平成25年8月20日（火） 13時30分から14時30分まで  
題目…「大人用オムツの正しい選び方・使い方」  
講師…株式会社ユニ・チャーム 大西 毅 氏  
詳細は後日、書面を配布いたします。ご確認ください。

## 編集後記

今回の「ふるさと」はいかがでしたか？

先月は梅雨の楽しみを見つけますと皆様にお伝えいたしました。通勤途中に「かたつむり」を探そう！と思っていたのですが、な、なんと一匹も見つけることができませんでした。時代かな・・・とショックを受けています。さて、梅雨があけ夏になると毎年思うことがあります。それは「今年こそは日焼けしないようにお手入れを」と固く固く誓うのですが、達成したことがありません。そして今年も「日焼け厳禁！！しかし秋には小麦色」と頭の片隅では分かっている今日この頃です。

（相談員 杉山麻依子）