

こぶしの花



第252号

平素より関町デイサービスセンターをご利用いただき、ありがとうございます。

爽やかな風が吹き、過ごし易い陽気が続いた5月も終わり、6月を迎えようとしています。沖縄や奄美地方では既に梅雨入りし、関東地方も湿度の高い日が続く季節が近づいて参りました。また、例年より気温の上昇も早い様子です。熱中症や脱水に注意して、着衣・室温の調整や水分補給、気温が上がる時間帯には外出を控える等、対策に努めてお過ごし下さい。

また、高温多湿の時期は食中毒も起こりやすくなります。体調管理にも気をつけて、元気に夏を迎えたいですね。

5月の活動



5月16日(月)・17日(火)の2日間、恒例行事「運動会」を開催しました。紅白に別れ、職員が籠を背負っての玉入れや、棒に付けた万歩計を手で振って数値を競うシャカシャカリレーなど、チームで力を合わせ頑張って参加されました。また、昼食はお弁当をイメージしたおにぎりやサンドイッチのメニューを召し上がって頂きました。



関町デイサービスセンター
ホームページ
QRコード



2016年6月1日
社会福祉法人練馬区社会福祉事業団
関町デイサービスセンター広報委員会



リハビリ室だより Vol. 3

階段からの転落が急増中！

皆さんは「高所平気症」という言葉を聞いたことがあるでしょうか。最近の子供は、高層マンションに住みなれているせいで、「高いところを高いと思わない感覚」があり、転落という恐怖心を抱かなくなっているそうです。

実は高齢者の生活でも、転落事故が急増しています。東京消防庁の発表によると、高齢者の最も多い転落場所はダントツで「階段」です。原因は「足が滑った」「バランスを崩した」など様々です。そして階段での転落事故では、少なくとも3日以上以上の入院をした方が80%を超えています。

皆さんの家の階段は安全でしょうか。転落防止にはいくつか方法があります。今回、最も手軽で、安全な転落防止対策を紹介します。「階段滑り止めマット」の設置です。ホームセンターなどで2000円前後から購入できます。取り付けもシール式ですので、非常に簡単です。これだけで「滑り落ち」の60%程度が防止できるといわれています。

ご自宅の階段で、まだ「階段滑り止めマット」を設置されていない方には、ぜひこの機会に設置をお勧めします。

家族介護者教室のお知らせ

言語リハビリ教室（ご本人向けの講座です）

6月18日（土） 10:00～12:00

（時間が変更になりました。）

講師 言語聴覚士 小林 凌 先生