

ゆいまーる便り

デイサービス ゆいまーる
〒179-0075 東京都練馬区高松3-22-10
TEL 03-3998-6066 FAX 03-3998-6067
<http://www.day-yuima-ru.jp/>
Email day-yuima-ru@jcom.home.ne.jp

第 7 3 号

令和6年4月22日

春こそ危険な熱中症！！

例年よりも遅く訪れた桜の季節も終わり、もうすぐゴールデンウィーク。

昼夜の寒暖差があったり、日によって気温が大きく変化したりと、体温調節が難しいこの時期、「春の熱中症」に要注意です。

今年はしばらく気温の高い日が続くとのこと。

「春の熱中症」を予防するには適度に汗をかくことが大切です。軽い運動をすること、湯船にを使って心地よい汗をかくことで暑さに順応しやすい体作りができます。運動や入浴の前後には水分補給することも忘れずに。また、脱ぎ着しやすい服装を心がけるとさらに快適に過ごすことができそうです。

ゆいまーるでは午前中に体操やダンスをしたり、ご希望される場合は安心・安全に入浴することができますので、徐々に暑さに体を慣らしていきましょう。



お願い！

薬の処方が変わった、新しい薬が増えたなどの変更点がありましたら、お薬手帳の確認をさせていただきます。お手数ですがご持参くださいますよう、よろしくお願いいたします。

ゆいまーるでのご様子

ひなまつり



恒例のひなまつり週間にはお重でランチを、おやつには桜餅とお抹茶を楽しんでいただきました。

運営推進会議



近隣の4デイサービス合同で運営推進会議を開催しました。災害に対する備えについての話をメインに、地域の民生委員さんより貴重なお話を伺ったり、各デイサービスの対応を聞くことができ、有意義な時間となりました。ホームページに議事録を掲載していますので、ご覧ください。

