

綾デイ便り



発行元 / 綾デイサービスセンター山科

2013年 8月号外



石村さん、おめでとう、やりましたね。バンサイ2

ご本人が幼い頃、住んでいた、田舎の家の風景を思い出されて一線一線、塗られていかれた大作です



月刊デイ エピソード賞受賞

今回の受賞、おめでとうございます。利用日に、毎回熱心に、題材に、色を細やかに塗られていて、いつか選ばれる時がやってくると思っていましたが、ついに快挙達成ですね。石村さんには、この他に、作りものや、貼り絵等、ご協力戴き、綾デイにとっても、大変喜ばしい、今回の受賞となりました。どうぞ、この受賞をきっかけに、ますます腕をあげて戴き次回は、グランプリの受賞を願っています。この後もより良い作品を仕上げてください。

受賞者インタビュー

今回エピソード賞を受賞されましたが、素直に嬉しい、狙っていたのは、グランプリ賞だが、グランプリの絵を見ると、もっと勉強しないとイケないと思った。次回は、グランプリ賞を狙う。孫が本に載っている名前を見て、「すごい。」と大喜びしてくれた。夫は家では塗り絵などしないので、「本に載るとは・・・」とビックリしていた。

幼いころに、住んでいた田舎の家に似ていて、昔を思い出しながら塗りました。色鉛筆は、24色を使ったが、ある色で塗るのは難しく、重ね塗りをして思った色に仕上げた。塗る色を決めつけしないで、自分の色を出すよう心掛けた。遠い昔を思い出しながら一本一本線を引くように、塗っていきました。



エピソード賞受賞 石村 幸子様

待ちに待った
受賞で
正直嬉しいです。



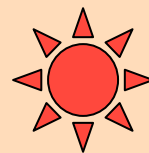
石村さん、栄えある受賞おめでとうございます。

日々のたゆまぬ努力が実を結び、職員一同感謝しております。「綾デイサービスセンター」にとっても、大変な名誉であり感激しております。ありがとうございます。これからも、素敵な作品と明るい笑顔で周りの人を和ませて下さい。

綾デイサービスセンター山科代表

大槻 均

まだまだ熱中症に気をつけて下さい！



毎日厳しい暑さが続いています、お体の調子はいかがですか？

年齢とともに、体温調節能力が低下してきています。室温が30度くらいになると、平熱が37度を超えて上昇することが珍しくありません。熱中症の危険サインと考えてください。

特に今年のように、昼間35度以上、夜間も30度以上の猛烈な暑さになると簡単に熱中症にかかってしまいます。熱中症で死亡例も多発していますので以下の点にくれぐれもご注意ください。

- 1、室温は、28度を目安に、30度を超えないようクーラーを使いましょう。
- 2、扇風機を併用して、部屋の空気を循環させましょう。
- 3、直射日光の当たらないところで過ごしましょう。
- 4、水分をこまめに取りましょう。
- 5、クーラーが使えなければ、保冷材（アイスノン）を枕にしましょう。
- 6、体温だけでなく、温度計で室温をチェックしましょう。
- 7、薄着、薄い掛け物にして、なるべく汗をかかないようにしましょう。
- 8、体温が37.5度を超えたら医師に相談しましょう。



熱中症とは・・・

暑い時に出る汗は体を冷やす役割をしています。汗をかいても水分補給が追いつかないと、脱水によるさまざまな熱障害が起こってきます。電解質（ナトリウムなど）のバランスが崩れ、気分不快・頭痛・めまい・吐き気などの症状が出ます。水分不足により、血液量が減ると血圧が低下しショックを起こします。この状態を放っておくと体温が急激に上昇し、非常に危険な状態になります。

<熱中症の症状>

- ① 高体温
- ② 赤い、熱い、乾いた皮膚（全く汗をかかない。触るととても熱い）
- ③ スキン、ズキンとする頭痛
- ④ 意識障害

<熱中症 対策>

意識ははっきりしている、めまい・立ちくらみがあり拭いても拭いても汗が出る 頻繁にこむら返りを起こす



☆風通しの良い場所、冷房の効いた場所へ移動。

☆衣服をゆるめ、水分と塩分の補給をする。（スポーツドリンクが最適、なければコップいっぱいの水か、麦茶に塩をひとつまみ入れた飲み物を飲ませるとOK）



※ご意見・苦情について・・・

当センターへのご意見やご提案、苦情については、下記の窓口にお申し出ください。



綾デイサービスセンター山科ご相談窓口 TEL 075(572)7528 FAX 075(572)7521

※本紙に掲載の記事内容並びに写真については個人情報保護の観点から予めご利用者等の承認を得ています。

