

# あめんどう通信

vol.3 2024年8月号

こんにちは! 看護小規模多機能型居宅介護事業所「あめんどうの花」です。

2024年4月、佐伯区八幡の地にオープン致しました。

現在、利用者様を募集しております。

ご興味のある方は、お気軽にご相談、ご見学ください。 (電話番号:082-533-8661)

## 熱中症を予防するには

温暖化やヒートアイランド現象により、日本の夏は**酷暑**の一途をたどっています。熱中症には今まで以上に注意が必要です。熱中症「めまい」「立ちくらみ」「顔がほてる」などの症状が出ると熱中症のサインです。悪化すると吐き気や頭痛が起り、最悪命にも関わります。

熱中症を防ぐには…

### ○屋外

- ・日傘を使用し、こまめに休憩を取る



### ○屋内

- ・エアコンで温度調節
- ・気温だけでなく、湿度や日射しにも注意(熱中症指数)



### ○からだの蓄熱を避けるために

- ・汗が乾きやすい服を着る
- ・保冷剤や冷たいタオルなどで、からだを冷やす



### ○こまめに水分・塩分を補給

- ・水分と塩分を定期的に補充。スポーツドリンクを飲めば効果的です

皆さんも熱中症を防ぎ、今年の夏を乗り切りましょう!



夏祭りに参加中の利用者様

## イベント参加

8月3日夜、近隣で開催された中地第一町内会主催の夏祭に参加しました。宿泊される利用者様お二人が職員とともに祭りへ向かい、和太鼓・尺八の演奏などをご覧になりました。スーパーボール掬いでは子どもたちが集まり、利用者様も楽しそうにご覧になっていました。

祭りの後、利用者様からは「良かった」とのご感想がありました。

地域密着型の施設として、これからも地域のお祭りなどには積極的に参加していく所存です。

## 食事について

給食は朝昼夕に「アイサービス」さんより提供中です。「アイサービス」さんのメニューは健康的で食べやすく、美味しさにも気遣われています👉。

おやつは「ぶどうの木保育園」の調理師さんが作られています👉。

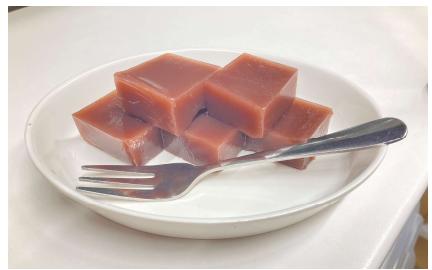
### 【お値段】

・昼夕：600円　・朝：300円　・おやつ：50円

がんも 春菊ナムル カレイ煮付



水ようかん



施設情報	
施設名	あめんどうの花
管理者	安藤智子
住所	広島市佐伯区八幡東 2-30-9
TEL	082-533-8661
FAX	082-533-8657
HP	



ぶどうの木保育園と  
同じ建物です!