

通所リハビリテーション あきよしだより 夏号

平成26年6月発行 第21号

職員紹介

梅木 香織



はじめまして。梅木です。みなさんにいろいろ教わりながら、毎日楽しく過ごしています。これからよろしくお願いします。

千原 紀子



初めての経験なので、みなさんにいろいろと教えてもらうことがあると思いますのでよろしくお願いします。

4月より、口腔・栄養指導が始まりました!!

栄養指導

食中毒についての講習がありました

食中毒とは...?

食べ物や飲み物と一緒に口から入った**細菌**や**有毒・有害**な物質が原因で、**胃腸症状**が起ること

どんな時が危険...?

気温が高くなる**5月頃**から、夏場にかけて発生し、**8・9月がピーク**です

食中毒の予防のポイント

菌を...

1. 付けない ⇒ 手洗いの徹底!!
2. 増やさない ⇒ 食品を長時間放置しない!!
3. やっつける ⇒ 定期的に台所用品の消毒を行う!!



口腔指導

誤嚥性肺炎についての講習がありました

誤嚥性肺炎とは...?

口の中の**細菌**や**ウイルス**が、唾液や飲食物と一緒に誤って気道へ入ってしまうこと

なぜおこるの...?

飲み込む機能の低下が1番の原因です

誤嚥性肺炎を防ぐポイント

1. 口腔ケアでお口を清潔に保つ!!
2. 口腔リハビリによって、嚥下機能の低下を防ぐ!!

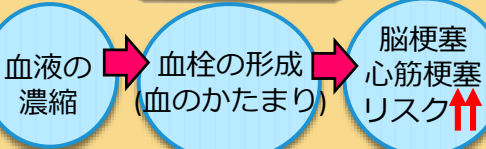


脱水症に注意

脱水症とは...?

身体の中の水分が減ってしまうこと

なぜ危険...?



そのため、普段から多めに水分をとるように心掛けましょう

早期診断方法

- ・ 爪を押したあと、色が白色からピンク色に戻るまでに**3秒以上**かかる
- ・ 口の中が**乾燥**している
- ・ 舌の赤身が**強い**
- ・ 舌の表面に**亀裂**がある
- ・ 舌が**白いもの**に覆われている
- ・ 手足が**冷たく**なっている
- ・ 血圧が**低い**
- ・ 脈拍が**速い**
- ・ 体重が**減っている**
- ・ **微熱**が続いている
- ・ 皮膚に**張り**がない

2つ以上あてはまる場合は脱水症に**注意**!!

桂林小学校の鼓笛隊の
演奏をききました。

パレード観賞



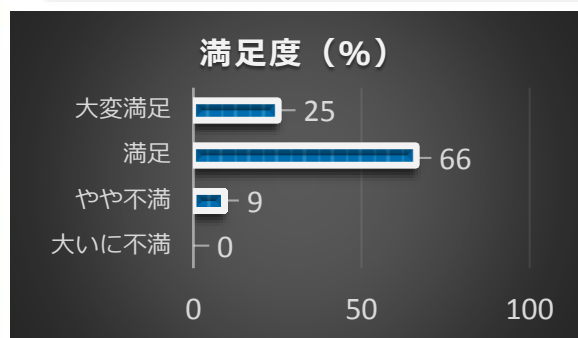
5月にサッポロビールへ行ってきました



天気も良く、楽しく歩行
されていました。



アンケートにご協力いただきまして、ありがとうございました。



このたびは、多数のご意見ありがとうございました。おかげ様で多くの貴重なご意見を伺うことができました。

皆様のご意見は、今後のサービスの改善・向上に大いに活用させていただきます。今後ともお気軽にご意見・ご感想をいただければと存じます。今後ともよろしくお願いいたします。

編集者よりひとこと

6月に入り、日中の気温は高く、夏日になる日が多くなってきました。皆様、お元気でお過ごしのことと存じます。これからは熱中症にもご注意ください。

