



ケアセンター はんのうだより

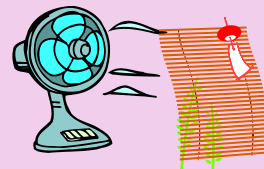
No.84

発行:2026年8月1日

〒357-0021 飯能市双柳 150-23

TEL:042-983-8622

高齢者の熱中症



加齢に伴う体温調節機能の低下や認知機能が落ちている方は、温度に対する感度が鈍くなります。日々の訪問でも、暑い日に暖房をつけてセーターを着ている方に出会うことがあります。周囲の方が早めに気付いて、脱水や熱中症から高齢者を守りましょう。

熱中症の予防対策

- 1 こまめに水分補給。
- 2 エアコンを上手に活用して暑さを和らげる。
- 3 部屋の温度を測る。(部屋の目立つ場所に温度計を置き目で温度を確認する)
室温は27℃位にする。
- 4 部屋の風通しを良くする。(扇風機を使い部屋の空気を動かす)
- 5 涼しい服装で過ごす。木綿や麻などの自然素材。
- 6 すだれやカーテンで日差しを遮る。



～10ケア委員会より～

医療生協さいたまでは、生協10の基本ケアという活動を行っています。生協が大切にしている介護「①尊厳を守る②自立を支援③在宅を支援」の3つの基本をベースに10個の項目があります。その項目からピックアップした取り組みをご紹介します。ぜひフォロー宜しくお願い致します！





新しい仲間が増えました！

市内在住です。看護師のキャリアは長いですが、両親の介護で空白があります。初々しさのない新人ですが、みなさんに教えて頂き頑張っています！

看護師福田

2月に入職しました。ヴォーカリストにスカウトされ、週末はバンド活動に励んでいます。訪問介護で皆様にお会いできるのを楽しみにしています。

ヘルパー海津

3月に入職しました。利用者様に寄り添った支援ができるように努力します！10年間両親の介護を行っていました。介護のことはお任せください。

ヘルパー中村

訪問介護で皆様にお会いできるのを楽しみにしています！雨にも負けず、この暑さにも負けず自転車で訪問頑張ります。絶賛日焼け中。

ヘルパー大森

簡単おいしいレシピ♪



訪問看護を利用いただいている利用者さんに、簡単でおいしいレシピを教えてくださいました！看護師鈴木も、実際に作ってみたところ、家にあるもので作れて、可愛い、おいしい、すぐできるの三拍子。ぜひ、皆様も作ってみてください♪

★餃子の皮を使ったレシピ★



【ミニピザの作り方】餃子の皮にピザ用ソースを塗り、細切りのピーマン、玉ねぎのスライス、ハムの細切りをのせます。最後にとろけるチーズをのせます。フライパン少量の油を引いて、チーズが溶けるまでフタをして焼いたら完成です！

【お好み具材の春巻き風】きゅうり、ちくわ、ハム、チーズの細切りを準備します。餃子の皮に、シソの葉をひいて、中心に具材をおいたら餃子の皮をクルクル巻きます。水溶き片栗粉を準備し、巻き終わりを接着します。あとはフライパンで焼くだけ！具材は、冷蔵庫にあるお好みの物でおいしく出来上がります♪

加入・増資のご協力をお願いします！

医療生協の事業と活動は多くの皆さまに支えていただく事で実現します。引き続き、加入と増資のご協力をお願い申し上げます。

ご協力をお願いします



職員募集中

① ヘルパー ② 看護師 ③ ケアマネ

お知り合いの方に興味をお持ちの方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください！直接応募がおすすめです！

