

グループホームやまぼうしだより

令和8年6月号

初夏の爽やかな風が心地よい季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。グループホームやまぼうしでも、屋外での活動を心待ちにしていた入居者様と一緒に、5月の母の日には中庭で皆でケーキとジュースをカフェ気分で味わいました。また、中旬には毎年恒例の野菜の苗植えを行い、鉢を中庭に設置し、皆で成長を見守っているところです。

今年も事業所近隣では熊の出没情報が相次ぎ、屋外での活動も心配なところもありますが、無理のない、安全な方法で工夫し入居者の皆様に、楽しみのある時間を持ちながら過ごしていただけるよう職員一同取り組んでいきたいと思っております。

おしらせ



これから、本格的な夏に向け、冬物の衣類と夏物の衣類の入れ替え作業をご家族様にもご協力頂いております。グループホームやまぼうしでは居室内に箆笥や押し入れなどの据え付けの収納設備がないため、1年を通した衣類や寝具の保管が困難となっております。ご家族の皆様にはお手数をおかけしますが、施設の設備の状況をご理解のうえ、季節ごとの衣類などの入れ替えにご協力をお願い申し上げます。

ハ千公日記第141



今年は5月から気温が30度を超える日もあり、これから本格化する夏を前に例年以上に熱中症対策に気をつけなければなりません。高齢者は身体機能が低下している方が多く、特に注意が必要です。

予防と対策

1 体内の水分が不足しがちです

高齢者は若年者よりも体内の水分量が少ない上、体の老廃物を排出する際にたくさんの尿を必要とします。

2 暑さに対する感覚機能が低下しています

加齢により、暑さやのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。

3 暑さに対する体の調節機能が低下します

高齢者は体に熱がたまりやすく、暑い時には若年者よりも循環器系への負担が大きくなります。

・エアコンや扇風機を上手に使用したり、部屋の温度・湿度を確認しながら、部屋の風通しを良くする。

・暑い時は無理せず、必要に応じ、マスクを外す。

・こまめに水分補給をする。

「熱中症」は屋外だけではなく、室内で何もしていないときでも発症し、場合によっては命にかかわります。

正しい知識を身に付け、体調の変化に気をつけながら予防していくことが大切です。



母の日

今年の母の日は入居者
全員で中庭でケーキを
食べました。



グループホーム菜園



今年は、きゅうりとトマト、ピーマ
ンの苗を植えました。今から収穫が
楽しみです！！