フィオーレだより

(発行) 有料老人ホームフィオーレ美杉 〒573-1137枚方市西招提町1255番地 電話072-864-0108 2021年7月発行

梅雨明けの知らせが待ち遠しい今日この頃。日に日に暑さも増していき、本格的な夏の季節もすぐそこまで来ているようです。季節の変わり目ということもあり、職員を含め、皆さまの体調管理に気を付けながら、今月も楽しく過ごしていきたいと思います。

七夕飾り









この日は、もうすぐ七夕ということもあり、毎年恒例となっているフロアの笹に短冊と飾り付けを行いました。飾りも一つ一つ皆さまに手伝って頂きながら作成しました。 短冊には思い思いの願い事が書かれており、「叶うといいなー」と笑顔で話される様子もありました。

ボーリング



















6月のレクリエーションでビーチボールを使ったボーリングを行いました。ピンには点数が決められており、皆さん点数の高いピンをめがけてボールを投げておられました。たくさんの方に参加して頂き、職員も一緒になって楽しむことができました。

職員紹介

Q: 名前と年齢を教えてください。

A:山岡 由布子(やまおか ゆうこ)です。 年齢は30歳です。生活相談員をしています。

Q:好きな物を教えてください。

A: 自然やのどかな風景です。

Q:趣味を教えてください。

A:劇団四季鑑賞・旅行・寺社仏閣巡りです。

Q: マイブームを教えてください。

A:柴犬等の癒しの動物画像や動画を見てほっこ

りする事です。

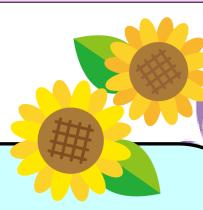
Q:最後に一言お願いします。

A: 入居者の皆様にのんびりと穏やかに生活して いただけるよう努めてまいりますので、よろ

しくお願いします。



相談員:山岡 由布子



脱水について

今年も感染拡大予防の観点からマスクをつ

けての行動を余儀なくされています。これからの季節、脱水に陥り やすいです。マスクをしていると自分の呼吸によって暖かい空気し か入ってこない為、体温を上昇させてしまい、顔の半分がマスクで 覆われていることにより、熱がこもりやすくなります。

今日はそんな脱水・脱水予防について話をしていきたいと思います。

脱水症の予防には水分補給が欠かせませんが、皆さんは何で水分を 補っていますか?

最近は経口補水液で水分補給する人が増えていますが、その味で「かくれ 脱水」なのか否かがわかるのです。

経口補水液を飲んで「無味」あるいは「甘い」と感じたら、「かくれ脱水」の可能性があります。経口補水液の塩分は0.3%程度なので通常なら「少ししょっぱい」と感じます。

脱水状態になると体液の塩分濃度が変化するため、味覚も変わる そうです。

