



いつも当事業所をご利用いただきありがとうございます。
肌寒い毎日が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか？
令和4年4月1日に開所してから、日々頑張っております。

梅雨に入りました！

梅雨に入り、食中毒が起こりやすくなる時期ですので当事業所では次のようなことに
気をつけております。

- ・調理開始前後の手洗い・消毒の徹底
- ・食べ物はすぐ冷蔵庫の中へしまう
- ・食事提供前の食卓の除菌



脱水に気を付けてます！

梅雨時期から夏場の気温上昇にかけて脱水を起こします。

今回は「**脱水症状の見分けポイント**」と「**水分補給の工夫**」についてお届けします！



脱水症状の見分けポイント

- ・唇が乾燥してカサカサしている
- ・脇の下が乾燥している
- ・汗をかいていない
- ・こむら返りする
- ・頭痛や吐き気、めまいがする



水分補給の工夫

- ・一度に多量ではなく、こまめな摂取
- ・氷を時間をかけてなめる
- ・ノンカフェインの麦茶だと透析中の利用者でも安心して飲める
- ・汗をかいたときは少量の水分補給の工夫
- ・一度に多量ではなく、こまめな摂取
- ・汗をかいたときは少量のスポーツドリンク

「なんだか暑くて、
あんべわいいなあ。
がおちまう。」



「ちゃんと水飲まねからなあ。
しっかり飲みなあ。」

利用者空き状況

	月	火	水	木	金	土	日
午前	◎	○	◎	○	◎	要相談	要相談
午後	◎	◎	◎	◎	◎	要相談	要相談



ご利用お待ちしております😊



介護事業所 つぐみ

TEL：0244-26-8562

FAX：0244-26-8568

福島県相馬市中村字桜ヶ丘149番地の2 2F

