

ショートステイ

2015年4月号

インフォメーション

Short Stay
2015. April
Information

◇ 本号の内容 ◇ CONTENTS

はじめに

前号の内容で誤字がありお詫び申し上げます。今後も上手く分かりやすく情報をお届け致しますので、宜しくお願い致します。

- 01 八瀬の里の『春』
- 02 熱中症&脱水症の予防&対策
- 03 食中毒の予防
- 04 お支払い方法

◇ ご利用案内 ◇ Usage Guidance

* 営業時間

24時間365日

* サービス実施地域

原則、川越市・狭山市

* 施設送迎時間

原則、月～土・午前8:30～午後6:00まで

* 食事ご提供時間

- ・朝食…午前 7:30～午前8:30
- ・昼食…午後12:00～午後1:00
- ・おやつ…午後 3:00～午後4:00
- ・夕食…午後 6:00～午後7:00

* 入浴ご利用時間

原則、午後2:00～午後4:00まで

* ご利用対象者

- ・要介護1～要介護5の方
- ・要支援1～要支援2の方
- (要介護認定申請中の方もご利用可能)

* お申込み方法

- ・ご担当のケアマネジャーまたは弊社へご希望の日程等ご連絡ください

※5月のご予約状況について…

今夏(7～9月)のご予約も受付しております

※原則、連続して30日を超えるご利用はできませんので、ご了承ください

* お問い合わせ先

- ・TEL 049-247-7311(代)
- 受付時間/月～金・9:00～18:00まで
- ・E-mail soudan3@houseikai-y.jp

◇ 地図 ◇ Map



◇ 交通案内 ◇ Access

電車の場合

- * 西武新宿線「南大塚駅」より車で約8分
- * 西武新宿線「南大塚駅北口」「新狭山駅北口」より徒歩で約20分
- * JR川越線「的場駅」より車で約20分

自動車の場合

- * 関越自動車道「川越I.C」より狭山市方面へ約10分 ※駐車場50台

◇ 発行・編集 ◇ Publisher

発行 社会福祉法人 芳清会
ショートステイ八瀬の里
〒350-1172

埼玉県川越市大字増形164番地

TEL 049-247-7311(代)

平成27年4月15日 発行

次回は平成27年5月15日 発行予定

発行人・編集人 佐藤 嘉昭



八瀬の里にも春の訪れが

3月末にご利用者様と施設の敷地にある桜や施設の屋上から市内を眺め、どれくらい桜があるのか…どんな風に市内の様子が変わったのか…



…など、声を上げられ驚いている様子でした…。今春は雨で寒くなったり、急に暑くなったりで、その装いを合わせることも大変でした。その中で、ご利用の都度、ご本人・ご家族様の「ご支援・ご協力を賜り誠に有難うございました。」これから夏に向けて暑くなって、体調を崩しやすい時期にもなります。毎夏はショートステイの利用が多い時期ではありますが、今後健康に留意して適切なサービス提供ができるように尽力して参ります。今後とも何卒よろしくお願ひ致します。

下の写真は八瀬の里の庭に集まってきた…鳩です。番でしょうか？毎朝、仲良く餌を探しにやってくるようです。そう『鳩』は県民の鳥(シンボル)ですが、こんなにも身近にいる鳩が厳冬を乗り越え、この春に生き活きとしている姿を見ると感慨深いものがあります…。

…など、声を上げられ驚いている様子でした…。今春は雨で寒くなったり、急に暑くなったりで、その装いを合わせることも大変でした。その中で、ご利用の都度、ご本人・ご家族様の「ご支援・ご協力を賜り誠に有難うございました。」これから夏に向けて暑くなって、体調を崩しやすい時期にもなります。毎夏はショートステイの利用が多い時期ではありますが、今後健康に留意して適切なサービス提供ができるように尽力して参ります。今後とも何卒よろしくお願ひ致します。

熱中症・脱水症にならないために

1. 予防&対策

- ✓ 喉が渇いていなくても積極的に水分をとる
 - ✓ ミネラルの補給は‘塩’
- ### 2. 脱水かなあ…と思ったら
- ✓ 初期症状にはスポーツドリンクは有効
 - ✓ 服は体を締め付けないものを選ぶ
 - ✓ 風に当たり氷などで冷やす

☀️ 『大丈夫…』とは思わず近くの病医院で診てもらいましょう！

3. おすすめの食べ物

- ✓ バナナ、スイカ、りんご、マンゴー、グレープフルーツ、野菜など…
- (※病医院からのお薬で飲み合わせにご注意を)

4. 避けたほうがいい食べ物

- ✓ コーヒーなどのカフェイン、アルコール飲料(※排尿を誘発する飲み物です)

5. ご利用中に配慮すべきところ

- 🚫 衣類、寝具類で体温調整

不感蒸泄(ふかんじょうせつ)とは私たちが感じることなく気道や皮膚から蒸発する水分です(発汗は含まず)。

- ⚠️ 1日に最低必要な水分量(体重60Kgの場合)1,000mlが1日に最低必要な水分です。時に口から上手に水分をとれない場合はご相談ください。施設では様々な介助食器具を取り揃えております。水分摂取や体温の分析は勿論おこなっておりますが、**水分摂取量が重要です。**

食中毒予防のポイント

1. 予防3原則

- ✓ 『つけない』
手には様々な雑菌がついています。特に注意することは、調理する前に生の肉や魚、卵など取り扱う前です。
- ✓ 『増やさない』
生の肉や魚など切ったまな板などの器具から、加熱しないで食べる野菜などへ菌がつかないように、きれいに洗いましょう！細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になります。10℃以下であればゆっくりと増殖し、**-15℃以下であれば増殖が停止**します。
- ✓ 『やっつける』
ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は**中心部75℃で1分以上加熱**することが必要です。

【一部参考】政府広報オンライン食中毒を防ぐ3つの原則

お支払い方法について…

銀行振込みをされる場合は、**請求書に記載されている金額をお振込み下さい。**

お振込みにかかる手数料はお客様でご負担くださるよう予めご了解ください。

便利な口座振替をお勧めします。お申し込みの際はご相談ください。