



デイケア敬老会週間

9月24日(月)~9月28日(金)



素晴らしい歌声ですね!



みんなで楽しく、ご長寿御膳です。



加計高等学校の生徒さん来訪



やさしい声かけと素敵なフラワーアレンジメントに皆さん大感激!

ひこばえだより

発行 医療法人社団やまを会

老人保健施設ひこばえ

<http://hikobae.main.jp>

〒731-3501

広島県山県郡安芸太田町大字加計 683-1

Tel (0826)25-0123

Fax (0826)25-0124

敬老会

9月16日(日)敬老会が行われました。お祝いのご長寿御膳に、大変楽しみにされている神楽にと、楽しい時がながれました。津浪神楽団のみなさま、ご熱演ありがとうございました。



10月の行事予定

6日(土) 秋祭り御膳

7日(日) 誕生日会 武田 イツノさん(1日) 市川 クラ子さん(4日)
 仲本 タマミさん(8日) 藤原 秋志 さん(8日)
 藤原 コズエさん(15日) 権東 玉子 さん(15日)
 池田 サア さん(17日) 山下 富美子さん(18日)

おめでとうございます。



14日(日) ひこばえ秋祭り

ひこばえ秋祭り弁当

15日~19日 デイケアミニグランドゴルフ大会



「ひこばえだより」にてお取り
 扱います。個人情報保護規定に
 施設の「個人情報保護規定」に
 より、掲載の中止等、変更はい
 つでもお申し出頂きますので、
 お気軽に窓口までお知らせくだ
 さい。

デイケア行事予定

第1週目 絵馬(巳)

第2週目 "

第3週目 " *11月のカレンダー

第4週目 " *11月のカレンダー



10月15日~19日 ミニグランドゴルフ大会

【高齢者介護の基本】

脱水症の改善と予防

必要な水分摂取量

脱水症を予防するためには、1日に水分として(食事に含まれる水分以外で)約1,500ml以上の水分摂取が必要です。

人間の身体は、尿・汗・呼吸などで、1日に2,000~2,500mlの水分を排出し、失った水分を、飲水・食事・体内生産によって補っています。食事や体内生産によって、約800~1,000ml取り込むことができますが、残りの水分は、飲料水として補給する必要があります。

さらに、①暑い夏場、②風邪などで発熱した時、③下痢等で普段よりも水分の排泄量が多い時などはより多くの水分摂取が必要になります。

また、できるだけオムツをしたくないという理由で、ヘルパーや家族がトイレまでの介助をしてくれる時間まで排泄を我慢するため、できるだけ水分を控えるという高齢者がいますが、これは脱水症になる危険性を大幅に高めることになり、とても危険です。

注意!

心臓や腎臓の疾患がある場合、医師から水分摂取量を制限するよう指示されていることがあります。そのような場合は、水分摂取が病状の悪化につながる可能性があるため、水分制限を守る必要があります。「慢性心不全」や「慢性腎不全」というような病名があれば、水分制限の有無について医師に確認が必要です。



9月誕生日会

9月2日(日)に誕生日会が行われました。9月は栗栖ユクエさん、佐々木末四さん、高木花枝さん、落合露子さんが、誕生日を迎えられました。



編集後記

みなさんこんにちは。長かった残暑も終わりを告げ、どこからともなく、キンモクセイの香る秋となりました。

スポーツの、読書の、そして、祭の季節でもあります。ひこばえ秋祭りに向けて、職員も練習したり、工夫をしたりしています。どうぞ、お楽しみに。朝晩冷え込むようになつてきました。皆さま、どうぞご自愛下さい。

