

LOHAS便り

2023/8/01 Vol.59



夏本番といった感じで、日差しも強く、外出時は熱中症対策が欠かせませんね。十分な水分補給と適切な休息を心掛け、健康を第一にお過ごしただけのことを心から願っております。

一方で、台風や豪雨など自然災害のリスクも高まる時期です。備えあれば憂いなし、早めの防災対策を心掛け、安全な日々をお過ごしただけようようお願い申し上げます。

きたおおじベース食堂始めました

地域の子供さんやお母様、そしてご利用者様と一緒にカレーを食べ、その後ボードゲームなどをして、初対面の方とも楽しい時間を過ごすことができました。初回は30名強・二回目は50名強の方々にお越しいただきました。

皆さま是非お越しくださいませ。



ライラック ラッキーライラックチームより

「今年の猛暑対策」をテーマに普段どうやってクールダウンされているのか、おすすめグッズや対策方法などを募集しました！

高藤：水筒で飲み物を持ち歩く。いつでも冷えた状態で飲めます。

津根：首元ヒンヤリベルト、扇風機付き上着、クールスプレーを愛用中。信号待ちで水分補給をして、あとは気合いと根性です！！

嶋津：風通しの良い木陰を見つける。スーパーで涼む。イオンスタイルがおすすめです。クールスプレーやハッカ油も使っています。

李：冷やすだけでなく食事で発汗作用のある温かい食事を心がけています。意外と冷房で身体が冷えています。キムチチゲがおすすめです。あとはサウナもおすすめです。

池穴：これといった猛暑対策はありませんが、接触冷感の寝具を使用しています。

則松：軽い衣服を着用する。通気性の良い服装で汗をかいても涼しく過ごせます。

糸井：UVカットパーカーや保冷剤の使用。ハッカ油スプレーをシュッとする。

徳永：動中はとにかく日陰を探してそこで信号待ちをするようにしています。

扇風機付き上着が欲しいです。



Links(リンクス)

ご利用者様と私たちのコミュニティのご紹介

支援時にご利用者様が造られた作品や活動内容の紹介

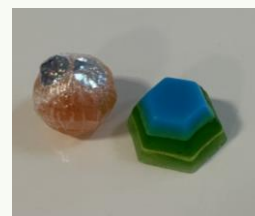
一緒に作りました

豚の生姜焼きと野菜の天ぷらです。
夏バテ防止にとてもいいですね。
是非リクエストしてください！



皆様の作品集です

M様 石鹸



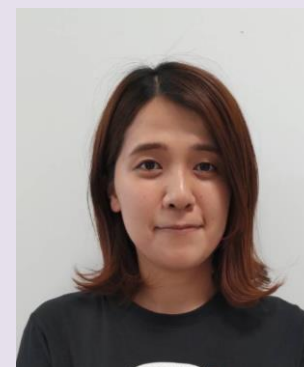
M様刺繍



H様 フラワーアレンジメント



ヘルパーステーション オーキッド 小林 舞衣



初めまして、令和5年1月に入职致しました、小林舞衣です。

これまでは、特養やショートステイなどの高齢者の方と関わることが多かったですが、さまざまな方と関わる中で、もっと幅広く福祉のことに興味を持つようになりました。そこで、思い切って新しい分野にチャレンジすることに決心いたしました。

今は利用者様と関わりを通して学ぶことが沢山あるので、とても有意義な時間が過ごせています。

今後も皆様との関わりを通して、成長できたらと思っておりますので、ご指導ご鞭撻の程よろしく願いいたします。

次回は9月の発行となります

合同会社 LOHAS KYOTO

ヘルパーステーション オーキッド
訪問看護ステーション ライラック
相談支援事業所 ヒヤシンス

京都市左京区下鴨前萩町19

TEL (075) 706-7620

FAX (075) 706-8017