

～熱中症にご注意を～

いつもお世話になりありがとうございます。
大工の伴海です。



最近、暑い日が続いていますが、皆様の体調はいかがですか？
僕は毎日、現場で汗だくになり頑張っていますが、この頃の暑さは春の気候の暑さ
じゃないですよ。



今年の夏は例年よりも猛暑になるといわれています。
水分補給や適度な休息など、熱中症対策や体調管理に
注意しながら、がんばっていきたいと思っています。
皆様も体調にはくれぐれも気をつけてお過ごしください。

ありがとうございました。

(大工 伴海 靖文)

～自然環境の変化～

皆様こんにちは、ケア・すぎけんの下垣です。



ゴールデンウィークも終わり、さわやかな初夏がやってくる
と思いきや、一気に飛び越し真夏のようなお天気で、暑さに体
がついて行かないような日が続いていますが、夜間はまだまだ
過ごしやすい気温で近所の田んぼでもカエルが元気よく鳴いています。

今年も折り返しに差し掛かり、そろそろ梅雨の季節到来ですね！
毎年この時期になると、すっかり珍しくなった蛍を見る事があり「今年も見れ
た！」といった感じで嬉しくなります。
子供の頃は家の中にも入ってきたり、草むらが明るくなるほどいしましたが田んぼ
もご高齢で作るのをやめてしまわれたり、整備されて道路になったりして、段々
とのどかな風景が少なくなり、便利になる反面残念だなあと思うこともあります。



近年は天候も四季がゆっくりと変わっていくような情緒深いも
のから、猛暑やゲリラ豪雨など極端なものへと変化し、人も自然
環境へ順応して生活様式などを変えていかなければならないの
かなあと思います。

エネルギー問題などは地球規模な課題ですが、ゴミを減らすなど
個人で出来る事も大切なことですわね！

(ケア・すぎけん 下垣 奈津子)



梅雨時期は特にすべりやすくなります。
転倒には十分注意して下さい。

☆パラパラ漫画で転倒予防PR



シルバー産業新聞より

手すりメーカーのマツ六さんが転倒予防をテーマとした
ショートムービー「母の辛抱と幸せと」を公開しました。

ムービーはお笑い芸人の鉄拳さんが制作したパラパラ漫画
によるアニメーション。

バックには大塚愛さんの楽曲が使用されています。

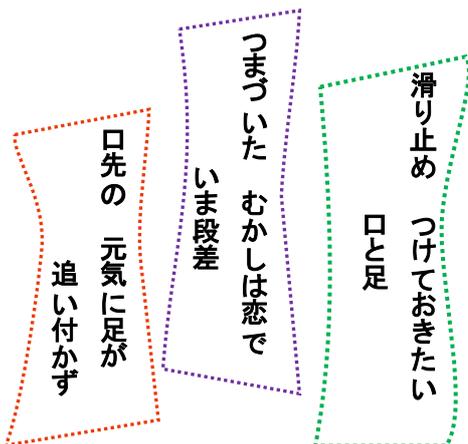
息子に弱さを見せたがらない母親と、母親が年をとり転倒してしまったことをきっかけに、介護や
親孝行に向き合う息子の姿が描かれており、終盤には手すりや福祉用具なども描かれています。
鉄拳さんのパラパラ漫画はぐっと心にしみてきます。

転倒予防ナビ パラパラ漫画



是非一度ご覧になってみてください。

☆転倒予防川柳募集中で～す。



日本転倒予防学会では、毎年転倒予防川柳を募集されています。
左は過去の大賞受賞作品です。

くすっと笑えてきますね。!(^)!

そこで!ケア・すぎけんでも独自に作品を募集したいと思います。
日々の生活の中で気をつけている事や転倒をしないように工夫
していることなどを 五七五の句にしてご応募ください。
大賞に選ばれた作品は紙面にてのご紹介と、転倒予防グッズを
プレゼント致します。

FAX/はがき など形式は問いませんので、どしどしご応募下さい。

TEL 0772-42-6955 FAX 0772-42-0501

与謝野町石川 537-3 ケア・すぎけんまで

7月15日到着分で締め切りです。

☆スタッフの一員になりました。

4月26日から、ケア・すぎけんでお世話になっております齊藤 理恵(さいとう りえ)です。

ケアのスタッフになり1ヶ月程たちましたが、ケア・すぎけんのイメージカラー
であるオレンジ色の制服もようやく着こなせるようになってきたかな?と思っ
ています(笑)

以前は、介護員として働いていましたので福祉用具を目にする事は多くありましたが、
福祉用具の扱いについては、素人の様なもの・・・でのスタートでした。

この1ヶ月沢山のご利用者様宅に行かせて頂く機会があり、色々な種類の福祉用具を見ました。
初めて見る物も多くあり、「まだまだ知らない事が多いな・・・」と改めて感じています。

まだ勉強中なので聞かれた事に上手く答える事が出来ない事もあるかと思いますが、これから相談員
として沢山の経験を積み勉強し、一人でも多くの利用者様、ケアマネジャー様に安心して福祉用具を
提供し利用して頂けるようになれたらと思っています。

1人でも多くの方に「齊藤」の名前と顔を覚えて頂けるように、笑顔を忘れず頑張りたいと思います。
よろしくお願いいたします!!



現在、ケアすぎけんのスタッフは、井谷 河島 下垣 齊藤 の4人と住宅改修は村越で対応させていただいております。
皆様のお気持ちに添えるよう心掛けてまいりますので、今後ともよろしくお願い申し上げます。

杉さんのひとり言

いつもお世話になりましてありがとうございます。

六月になり、田んぼの方もほとんど田植えが出来たようで、鏡のような水面にかわいい苗が顔を出しています。だんだんと梅雨が近くなり暑い日が多くなってきましたが、皆さんはお元気でしょうか？



さて、今世界中がテロの脅威に見舞われています。先日もイギリスで多数の死傷者が出ました。各地でおこる最近のテロはほとんどがIS(イスラム国)のしわざのようです。日本でもいつ、どこでそのような事がおこるかわかりません。何としてもそのようなテロ組織を世界の国々が一致協力して完全に撲滅しなければならぬと思います。

しかし今の世界はどうでしょうか？私が思うには、各国が自国さえ良ければ良いという風潮を感じてなりません。米大統領トランプ氏の「アメリカファースト(アメリカが一番)」とかイギリスの独善的なEU離脱。シリア・イランを核とする中東紛争。北朝鮮の米国まで届かせる大陸間弾道ミサイルとそれに搭載する核弾頭の開発、そしてその北朝鮮を自国防衛のためにしたたかに使う中国・ロシアの存在など、本当に大変な脅威となっています。



そんな中で日本だけが平和を保つことは不可能だと思っています。

将来の子や孫たちのために、我々は唯一の被爆国として世界に対して平和の行動を起こさなければなりません。国連を中心として、常識のある国々の連合体を結束してそれらの問題に不退転の決意で行動を起こしてほしいと願っています。

今月もありがとうございます。

(談 杉本 孝史)

編集後記

6月に入り、汗ばむような暑い日も多くなってきましたが、朝晩との気温の差も大きく、体がついていけないような日が続いていますが、皆さんは元気にお過ごしでしょうか？



我が家では、知り合いからもらったメダカが、たくさん子どもを産み、泳いでる姿を見るのが涼しげで、最近の朝の日課になっています。正直、飼うまではメダカをかわいいなんて思ったこともなかったですが(笑)、飼い始めてみると、子供よりも大人の方が真剣になってしまい、毎日様子をみては癒しをもらっている今日この頃です^^

(談 上田 裕子)



No.133 H29.6.1 発行

発信元:株式会社 杉建

住所:与謝野町字石川 537-3

TEL:0772-42-6955

FAX:0772-42-0501

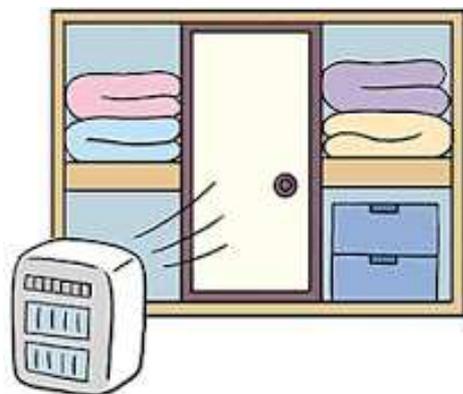
メールアドレス:sugiken@triton.ocn.ne.jp

ホームページ:http://www.sugiken.jp/

今年も梅雨の時期が近づいてきました。梅雨時期はシトシトと雨が降り湿度の高い日が続くため、カビが発生しやすくなります。そこで今回は湿気がこもりやすい「収納」の湿気対策をご紹介します。

その1. 収納は8分目

モノが詰め込まれていると、湿気がこもってカビやダニの温床に。収納内に溜まった埃や汚れから増殖していきます。しまっているモノとモノの間が少しあくくらいを目安に収納するモノを調整しましょう。



その2. 収納に風通し

収納には湿気が溜まりやすいので、梅雨の晴れ間を見計らって風を通しましょう。押入では、床と壁をスノコで囲って隙間を空けておくのが効果的です。そして襖を中央に寄せて、風の入り口と出口を作りましょう。クローゼットや下駄箱、物入なども、扉を開け放って風を通します。さらにタンスの引き出しも蒸れないように開けておきましょう。

その3. しまう前に

1 日履いた靴は足の汗で蒸れた状態になっています。脱いですぐに下駄箱にしまうのはカビの発生の原因に。しまう前に靴の湿気を飛ばして、埃や汚れをブラシで落しておきましょう。一晩を目安に乾かして下駄箱に戻すようにしましょう。



その4. 除湿をする

室内の湿度が高い日は、同じように収納内の湿度も上昇します。エアコンのドライ運転をするときは、収納と扉を開け放して除湿を。エアコンのない玄関や納戸などは、除湿機を置いて湿度を下げるとういでしょう。

