

熱中症 予防

★熱中症対策について★

みなさま、こんにちは。8月に入り、増々気温が上昇し、暑すぎる日が続いています。皆様はどのようにして熱中症対策していますか？ チェックしてみましょう。

出典…みなと健康ステーション

- ・エアコンや扇風機を上手に使用している。
- ・部屋の温度を測っている。
- ・部屋の風通しを良くしている。
- ・こまめに水分や塩分を補給している。
(特に入浴後や起床後に、量については主治医の指示に従いましょう)
- ・シャワーやタオルで身体を冷やしている。
- ・暑い日は無理をしない。
- ・涼しい服装をしている。
- ・外出時には日傘もしくは帽子を使用している。
- ・外出先には涼しい場所や施設を利用している。
- ・緊急時や困ったときの連絡先を確認している。

また、エアコン使用時には、定期的にフィルターを掃除したり、すだれやカーテンを使用し直射日光に当たらないよう注意しましょう。
では、みなさま、様々な対策を取りながら、今年の夏を元気に過ごしましょう。

☆リハビリテーション科より☆

暑くてもまだまだ踊ります！

7月の行事は職員と一緒によさこい踊りを楽しみました。
よさこいは、高知県で生まれた元気いっぱいのお祭りの踊りです。
鳴子を利用者の方にも持って頂き一緒に力チ力チと自由にならしながら、音楽と共に鳴子の音が響き渡りました。

利用者様より「私、高知県やで」「私も法被着たい」「歌も歌えるで」等声をかけて頂きながら、職員と一体になり楽しいよさこい祭りを開催することが出来ました。

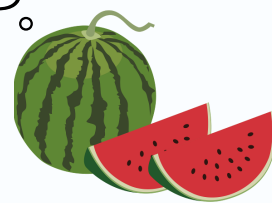
今年も暑い日が続いておりますが、利用者様の笑顔を見ると元気にさせていただきます。また面会時には家族の方より「暑い中ご苦労様です」など励ましの言葉もいただき有難く思います。

8月はウエルハウスの夏祭りも開催します。
元気いっぱいの夏祭りになりますよう、職員一同頑張ります！



うえるはうすだより 8月号

編集 ウエルハウス川西
行事・レクリエーション委員会



8月のお取り寄せおやつ

成田山表参道「なごみ米屋」より

5日(水)です♪

【不動の名水 水ようかん】
砂糖・小豆・寒天・葛粉・食塩だけを使用して作られた昔ながらの和スイーツです。夏場のみ販売される、期間限定の羊羹です。

※28(金)は
ちよといいはやつの日です♪

はちみつレモンパウンドケーキ
はちみつレモンの爽やかな風味を生かした、しっとりふわふわのパウンドケーキです。

今月のお取り寄せは、千葉県成田山表参道にある創業明治三二年『なごみ米屋』さんからのお取り寄せです。千葉県特産の落花生を使った「びーлизバスト」ということで、夏にぴったりな「水羊羹」を選んでみました。

☆栄養科より☆

編集後記

最近ではゲリラ豪雨のような、短時間で集中的に降る雨が多いですね。エアコンの室外機の熱や、アスファルトが熱かったりすると起こりやすいようです。つまり、ゲリラ豪雨も猛暑が原因とのこと。
暑さに負けないようご自愛ください。
行事・レクリエーション委員会

8月の献立

3日(月)	昼:	「ちらし寿司」「胡麻和え」「味噌汁」
5日(水)	昼:	ゆかりご飯・冷やし山菜うどん
5日(水)	おやつ:	お取り寄せ「不動の名水 水羊羹」
14日(金)	昼:	とろろ丼
15日(土)	おやつ:	誕生日ケーキ「チーズケーキ」
20日(木)	昼:	「わかめご飯」「冷しゃぶそうめん」
	行事食	「煮浸し」「果物」
28日(金)	おやつ:	「はちみつレモンパウンドケーキ」
31日(月)	昼:	夏野菜カレーライス

介護老人保健施設 ウェルハウス川西
所在地：兵庫県川西市中央町15番25号

Tel：072-755-1031（代表）

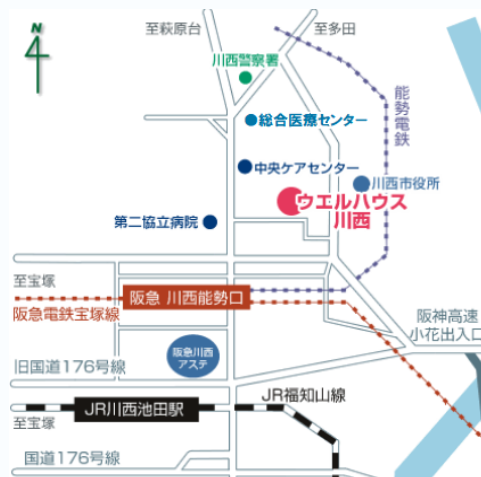
療養棟：入所/130名（ショートステイを含む）

（一般療養棟100名、認知症専門棟30名）

通所/40名

協力病院：川西市立総合医療センター

ホームページ：<http://www.kyowakai.com/>



【アクセスMAP】

最寄駅

阪急「川西能勢口」

から徒歩約10分

JR「川西池田」

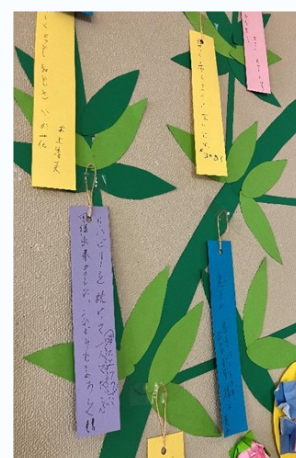
から徒歩約15分

☆通所「ハート」より☆

今年も七夕の季節を迎え、ご利用者様と一緒に七夕飾りを制作しました。色鮮やかな折り紙で飾りを作り、笹に飾り付けました。

「健康で過ごせますように」「家族が元気でいますように」など、それぞれの思いが込められた短冊が笹を彩りました。飾り付けをしながら自然と会話も弾み、ご利用様皆さま笑顔で七夕の雰囲気を楽しまれました。

伝統行事を通して、心温まるひとときを過ごして頂く事ができ、季節を感じることができました。



今後の行事予定です

令和8年8月行事「夏祭り」
8月初旬に各階夏祭りを行う予定です。

療養部のみ

令和8年9月行事「映画観賞会」
9月初旬に各階敬老会を行う予定です。

療養部のみ

令和8年10月行事「秋の遠足」
10月に秋の遠足を行う予定です。

Instagramの「案件」

7月はよさこい踊りをレクでした。



鳴子を鳴らして皆さん楽しんでました。

