

# 津島天王祭り



無病息災を叶えてくれる矛にも触ってきました。

宵祭りには行けなかったけれど、朝祭りには行く事ができました。



デイ・サービス利用状況 (定期利用者数)

月	火	水	木	金	土	日
6	6	7	7	7	6	6

## 介護の様々なアイデア

介護情報を提供している東芝ケアコミュニティ (東京03・3457・4490) が、ホームページ (<http://care.toshiba.co.jp/>) で「我が家の介護の工夫」を募集したところ、120件を超すアイデアが寄せられたそうです。少しですが、参考にできればと抜粋してみました。

- ★手ぬぐいでランチョンマットを作り、濡らして固く絞る。その上に食器を置くと滑らない。
- ★冷え防止に高校生のルーズソックス。足首が締め付けられなくていい。
- ★カップ麺の空き容器をうがい後の吐き出し用に。あごに当たる部分を半円状に切り取ると、ぴったり合う。
- ★足浴はタオルの代わりに軍手を使う。(ゴワゴワ感が嫌いな人もいるので本人によく確かめて下さい。)
- ★ファスナーのつまみに携帯ストラップをつけると着脱しやすい。
- ★ガラスのしびんにハイソックスをかぶせると、冷たくない。

東芝ケアコミュニティが集めた介護の工夫は「すぐ使える介護のコツとアイデア」(主婦と生活社、1000円)にまとめられ、出版されているそうです。参考にどうですか?

## みんなのリサイクル情報

- 石鹸、洗剤、洗面用品たくさんありがとうございました。引き続き、車椅子・帽子・シャンプー・リンス・石鹸等お譲り下さい。
- その他、譲りたい譲られたい方募集しています。サポート・ワン・サービスが仲介します。

## ●大衆薬との上手な付き合い方

新しい効能をうたった大衆薬が次々に登場しています。医療機関に行かずに薬局で手軽に買える便利さの反面、安易に使うと、かえって健康を害することにもなりかねません。大衆薬と上手に付き合うコツを考えてみましょう。

共立薬科大教授の福島紀子さんは「持病がある人は、薬を買う際に飲んでも大丈夫か薬局で尋ねて下さい。薬剤師が常にある薬店もあるので、不安なら買わないほうがいいです。飲む前に必ず説明書に目を通しましょう」と呼びかけています。以下福島さんによる《注意して欲しいこと》です。

- ・ 説明書をよく読む。
- ・ 2, 3日使っても良ならないなら中止し、薬剤師に相談する。
- ・ 自己判断は禁物。症状が改善しなければ別の病気の可能性も。
- ・ 薬には多種類の成分が含まれている。持病やアレルギーで避けるべき成分名は避ける。
- ・ 子供にはあくまで小児用を。成人用を少量使うのは避ける。
- ・ 他の薬を使っている場合は必ず薬剤師に相談する。
- ・ かかりつけ薬剤師をもとう。

コンビニエンスストアでも薬が買える時代になろうとしています。皆さん、くれぐれもご注意下さい。

## ●熱中症ってどんな病気?

熱中症は、重症度によって、日射病、熱けいれん、熱、疲労、熱射病に分けられますが、分類やその呼び名には混乱があり、必ずしも整理されていません。基本的には、体温上昇の程度と、体温を調節してくれる汗をかいているか、いないかが問題になります。

熱中症の初期症状は、めまい、吐き気、脱力などで、少しずつ体温も上昇していきます。

体温が42℃を超えると、体の細胞が破壊されはじめるため、命に関わり、一刻を争う治療が必要となります。また、体温が40℃を超え意識がもうろうとしたり、意識が薄れてきたときも命に危険が生じるので、緊急に病院で治療することが重要だそうです。

これからますます暑くなります。水分補給を心掛け、風通しを十分よくして過ごして下さいね。

## ナイス家の庭

デイ・サービスの庭で本物の竹を使って、流しています。

～流しそうめん大会～



やっぱり夏は、流しそうめんよねっ!

### スタッフの独り

昨年の今頃、私は病院のベットの上にはいました。ある手術のため入院することになったのです。生まれて初めての手術で不安もありましたが、手術は成功し、今は元気になりました。

その時に、人間ひとりでは何もできないのだと、病院のベットの上で痛感したのを思い出します。

今でも、その時お世話になった先生、看護師さん、会社の仲間の温かい気遣いを忘れることはありません。

そのことを、意識し、介護の現場でも生かして行きたいと思っています。



K・H

### 編集後記

今年、津島の天王祭りに行って来ました。もちろん浴衣で・・・。間近で見ると薪わら舟に感激しました。写真で見ると違いとても幻想的です。クラゲを連想してしまった私は、不謹慎でしょうか・・・。

今年から、佐屋方面での打ち上げ花火も中止され、少し寂しくはなりましたが(水上花火はきれいでしたよ。)、国の重要指定文化財としてますます繁栄して欲しいなど、改めて思いました。お祭り万歳!!