

梅雨明け前後からもう
だるような暑さに、毎日
「今日もか〜」とがっか
りしてしまいますね。送
迎車の中でみなさんから
「この暑さで米が育つんだから」と諭され、
「そうだな〜 がまんがまん」と気を取り
直します。「朝の会」でも「涼しく過ごす
工夫」とか「涼しさを呼ぶ食べ物・飲み物」
「初めて水を食べた時」など、暑さ対策に
つながる話題が多数あがっています。

熱中症で病院に搬送される方や、亡く
なられる方がいらっしやいます。人間は
軽い脱水状態のときには、のどの渴きを
あまり感じないのだそうです。特に高齢
の方には、喉が渇く前に水分補給をす
めることが必要です。また暑いときには
塩分の補給も大切だそうです。ただし、
アルコール類は残念ながら水分補給をし
たことにはなりませんのでご注意ください。

ほっとあいでは、ご利用時間内に6回
に分けて、約700ccの水分をとって
いただくようにして
おります。お替わりを
する方や、自発的に
補給している方は、



一〇〇〇cc近くはとっていらっしやると
思います。麦茶、煎茶、コーヒー、紅茶、
梅シロップ、イチゴシロップ、梅干しシ
ロップ、カルピスなどです。昼食の味つ
けは通常より若干ですが塩味を濃くして
おります。

裏面に熱中症について掲載いたしまし
たので、ぜひ参考にお読み下さい。

七月の活動から

今月はみなさんに夏
らしいオブジェを作っ
ていただいております。
折り紙を細かく切り、
開くことで様々な模様
の形が出来上がります。
それを何枚も張り合わ
せることで、花火のよ
うなものが出来上がっ
てきております。また、
金魚のぬり絵、ほうず
きのぬり絵をぬっていただいたり、折り
紙を切り抜いてヒマワリのオブジェを
作っていただいております。

8月にはどのような壁画が完成するか
楽しみですね。



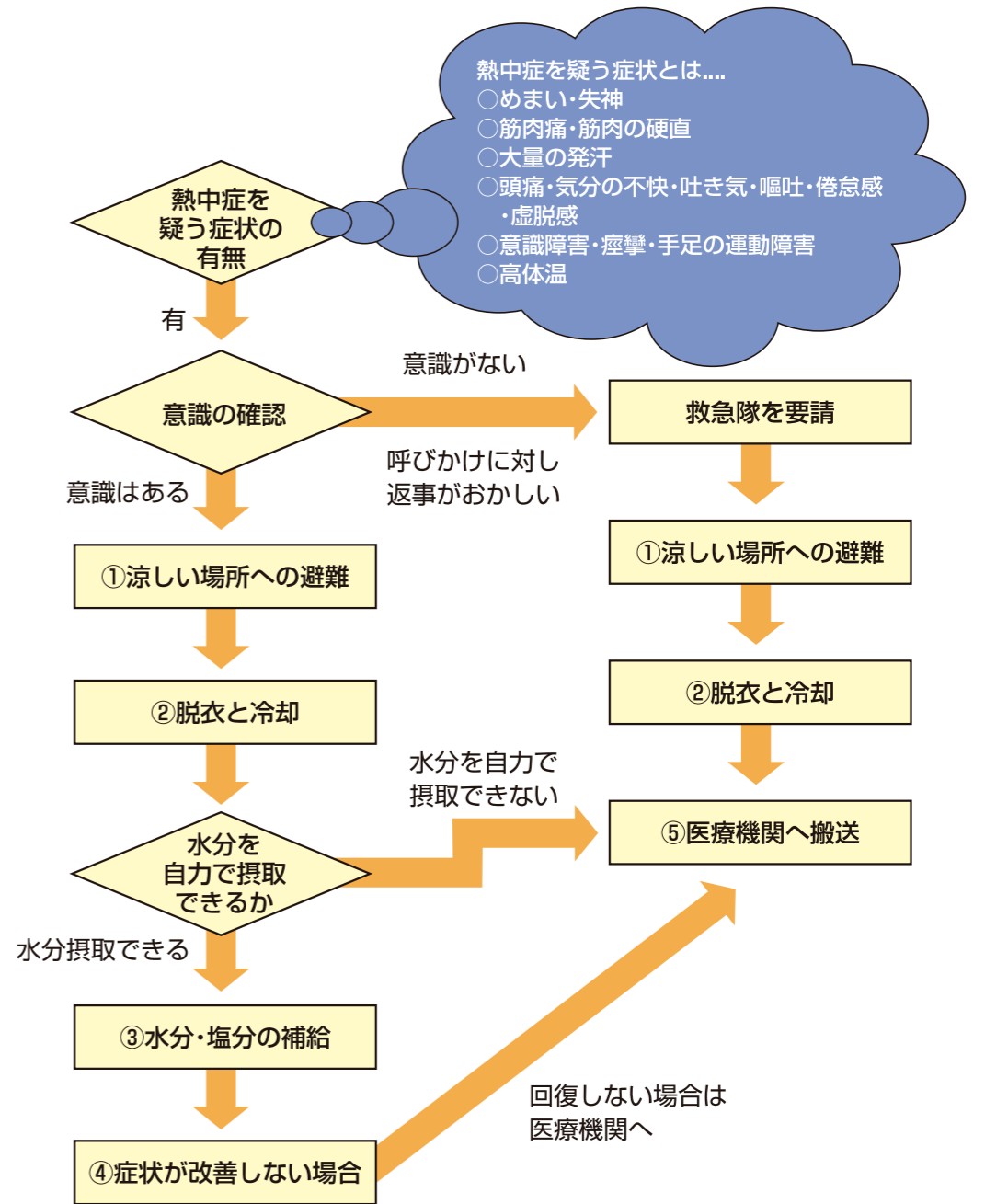
八月の行事
・紙芝居
・夏祭り
・誕生会

クラブ活動ピックアップ

今月は手芸クラブ
の活動風景をご紹介します。
まずは、ハンガーに布
をまいて滑り止めを
作っていただく作業
と、ぞうきん作りを
行っていたいております。今は針仕
事を全行っていないとのこと、果
たしてどこまで出来るか、針を持つて
行う活動は危険ではないか、という不
安もありました。ところが実際は、針
に糸を通すところを介助すれば、その
後はとても手つきよく縫われておりま
した。やはり昔行ったことは体（手）
が覚えているのでしようね。機会がな
いだけで、実はまだまだできること
があるということなのです。



熱中症を疑ったときには何をすべきか（現場での応急措置）



NPO法人ほっとあいからのご案内

「ほっとする・あったかい・助け合い・愛」
特定非営利活動法人ほっとあいは、平成10年の設立時より「住み慣れた地域で暮らしたい」と願う人々の思いに寄り添いながら活動を続けてまいりました。
その時々様々なニーズに対応するために多様なサービスを展開しています。
みなさまのまわりで、ほっとあいを必要とされる方がいらっしやいましたら、担当の者までお声がけ下さい。

- 自主事業(住民参加型在宅福祉サービス)**
- ・ファミリーサポートホームヘルプサービス
 - ・外出支援・移動サービス
 - ・ほっとあいの家(デイケア・ナイトケア)
 - ・おしゃべりサロンほっとあい(毎週土曜日)
- 介護保険事業**
- ・居宅介護支援・訪問介護・通所介護
- 障害者自立支援法**
- ・ホームヘルプサービス
- 行政委託事業**
- ・軽度生活支援・障害者等移動支援
 - ・障害者等一時預かり

各事業の担当者がご相談を承ります。 ☎0224-52-8555