

医療法人せいざん

介護老人保健施設あおやま

あおやま通信

【 新型コロナウイルス感染症について老健あおやまからのお願い 】

・現在実施している窓越し面会についてですが、電話での予約制(祝日を除く月～土の9時～18時)で1週間に1世帯1回までとなっております。入浴等と重なっている場合や既に埋まっている場合はお断りさせていただきます。

・お盆期間の休業は8月15日(日曜)となります。したがって、8月15日(日曜)以外であれば洗濯物の受け取り、面会、支払い、その他の受付が可能です。

夏祭り

令和3年7月28日(水)



カラオケ大会、二人羽織、間食に老健自慢のかき氷と今年も無事、夏祭りを開催でき、たくさんの笑顔に出会えました。



介護
管 尚美



介護
梶間 留美

～職員紹介～

新しく入職した職員を紹介します。皆様の生活をご支援できるように頑張っていきます。



🌴🌴🌴🌴🌴 栄養課便り 🌴🌴🌴🌴🌴

毎日暑い日が続いていますね。熱中症や脱水症状にも十分に注意しましょう。水分補給のポイントは、まず、喉が渇く前に飲みましょう。喉が渇いた時にはすでに水分は不足しています。時間を決めるなどしてこまめに飲むようにしましょう。次にスポーツドリンクの飲みすぎに注意が必要です。水分・塩分が取れるのでたくさん飲みがちですが、塩分や糖分の過剰摂取になってしまうので、飲みすぎには気を付けましょう。最後に飲み物の温度です。冷たすぎると体の温度を下げすぎてしまい吸収に時間がかかってしまいます。そこで推奨されているのが常温の飲み物です。体温に近いほど体への負担が少なく老廃物を排出するのにも効果的と言われています。こまめな水分・塩分補給を心掛けてこの夏をみんなで元気に乗り切りましょう。

🍧🍉🍧🍉🍧🍉🍧🍉🍧🍉🍧🍉🍧🍉🍧🍉 管理栄養士：濱田 綾子

通信担当 支援相談員：中本 昌志 飯原 佑介