



ハッピーメディック通信

発刊日 2025.8月 Vol.22
有限会社ハッピーメディック

残暑お見舞い申し上げます

【有料老人ホーム「ローマリンダ」】

今年も酷暑の夏となっておりますが、皆様が快適に過ごしていただけるように、ローマリンダ内の室温管理を職員が行っております。

6月、7月は風邪や感染症が発生することなく経過しております。

ただ、5月には職員、入居者様が数名新型コロナに感染いたしました。

8月に入り近隣の施設で新型コロナが流行っているという

情報もありますので、引き続き体調観察に努めたいと思っております。

『ローマリンダの医療管理について』

ローマリンダ入居者様の医療管理については、訪問看護ステーション「松本クリニック」の看護師に全面的協力をいただいております。

内容としましては、処方薬の管理・セットや排せつコントロールの管理です。また、体調不良や皮膚トラブル、打撲・出血などが発生した場合は随時訪問看護の看護師に相談して対応してもらっています。必要に応じて、月曜日～金曜日の日中は隣にある花の丘病院に受診しております。夜間や土日についても、訪問看護の看護師と連携して対応しておりますので、夜間でも必要があれば看護師が訪問しております。また、急な状態悪化がみられ、緊急性を感じた場合は救急搬送の必要性をご家族様にお電話させていただき、速やかな対応を引き続き努めてまいります。

訪問看護と協力して入居の皆さまが安心して過ごすことができるようにサポートしてまいります。

これからもご理解、ご協力の程よろしくお願いいたします。



【管理栄養士の一言メモ】

暑いと冷たい「麺類」食べる機会が増えていませんか？麺類は手軽ですが単品料理となりがちの為、注意が必要です。夏バテしないよう、食べ方に注意して夏を乗り切りましょう！！

★食事のポイント★

麺類単品のメニューを食べる際は…食材を追加しましょう。

①タンパク質…蒸し鶏・ゆで卵・豆腐・乳製品

②ビタミン・ミネラル…野菜サラダ、トッピングにわかめやきのこ など



野菜や海藻、キノコなどに含まれる食物繊維は糖質の吸収を穏やかにし、血糖値の上昇を穏やかにします。麺類は米飯に比べてGI値が低めですが量が多くなりやすいため、「量」と「バランス」に注意が必要です。

【デイサービスセンター「フローラ」】

【6月あじさいツアー】

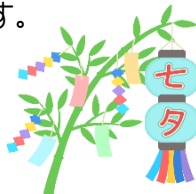
皆さんこんにちわ！

この度、デイサービス「フローラ」では、6/9より1週間、梅雨の季節にぴったりの「あじさいツアー」に行ってきました。丹生大師は色とりどりの美しいあじさいが咲き誇る名所で、季節の移ろいを感じながら、お買い物をしたりと心が癒される楽しいひと時を過ごしてきました。

【★7月七夕★】

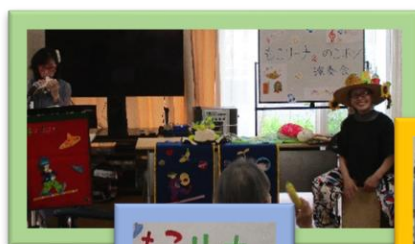
今年もデイサービスで七夕を楽しむ季節がやってきました。短冊に願い事を書き、壁一面に飾りました。

「健康で過ごせますように」「楽しい日々が続きますように」といった願いがたくさん集まりました。今年の願い事が、皆さんの日々をもっと豊かにしてくれることを願っています。



【5月21日オカリナとカホンの演奏】

オカリナとカホンの演奏に来ていただきました。素敵な演奏と楽しいお話に皆さん良い時間を過ごしていただきました。



【居宅支援事業所「ローマリンダ」】

拝啓 盛夏の候、ご家族の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。

平素より、介護サービスのご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

今後もご本人様が安心して日常生活を送れるよう、ローマリンダ・デイサービス・ヘルパー・看護と協力し、支援に努めてまいります。

暑い日が続いておりますが、皆様におかれましては体調を崩されませんようお過ごしください。

何かお気づきの点やご相談などございましたら、遠慮なくお申しくだませ。

まずは書中をもちまして夏のご挨拶を申し上げます。

敬具



【訪問介護事業所「ハッピー」】

～ヘルパーの知恵袋⑫～

暑気払い(しょきばらい)という言葉をご存知ですか？「暑さや体に溜まった邪気を払う」という意味や「暑さで弱った体を正して元気にする」という意味があるそうです。

時期は明確にはありませんが、夏の訪れを意味する夏至から暑さが和らぐ処暑ぐらいまで、今年は8/23頃までと言われていたようですが、9月でもまだまだ暑い日が続きます。

暑い日が続くと食欲がなくなったり、体が疲れやすくなる為、冷たい飲み物や食べ物が増えます。夏の野菜はキュウリやトマトなど、体を冷やす効果があります。生姜やみょうが、大葉などの香味野菜を使って食事をするのも効果的です。香味野菜と一緒に野菜を酢漬けや和え物にしたりそうめんの薬味にするのも良いでしょう。

暦の上では立秋、秋の始まりを意味しますが、まだまだ夏の暑さが続きます。食べられる物を食べ、熱中症にも注意しお過ごしください。

