

# デイケア通信

## 七月号



**臨時利用・振替利用 随時受付中!**  
デイケア利用時にお休みした場合は、他の曜日に振替利用ができます。また、「ご家族様のご都合などで、予定外に利用したい時など、臨時利用もできます。遠慮なくご相談下さい。(TEL 0421-5961-0111)

### 施設長退任のご挨拶

今年猛暑の予想がされておりますが、ご家族の皆様方には、益々ご健勝にてお越しのことと存じ、お喜び申し上げます。さて、この度、六月十五日をもちまして介護老人保健施設オキドキ施設長を退任致しました。在任中に皆様方から頂きました温かいご指導や激励の言葉、施設運営へのご理解などに対しまして、心から感謝申し上げます。こうした皆様方のご支援があったからこそ、平成十六年十二月オープン以来、施設長を勤めることができたと思っております。

さて、私事ですが、同法人として来る九月一日、八王子市中野山王に開設予定で準備しております、法人として四施設目の「介護老人保健施設アメイズ」のエリアマネージャーとして、六月十五日付で着任いたしました。今後もオキドキでの経験を生かし、また皆様のご教示を教訓とし、新たな職場でも誠心誠意対応して参りたいと考えております。

今後とも、引き続きオキドキに対し、温かいご理解・ご支援をお願い申し上げます。  
前施設長 宮田 喜美子

### 施設長就任のご挨拶

この度、平成二十八年六月十五日付で、介護老人保健施設オキドキの施設長を拝命いたしました。高田哲也(たかだてつや)と申します。施設長という舵取り役を仰せつかり、その職責の重大さに戸惑っておりますが、全職員一丸となって、利用者の皆様が健康に、笑顔いっぱい、お過ごし頂けるよう努めるとともに、地域に根差した施設作りを実現するため、微力ではありますが努力して参ります。

今後「人と社会のケアを通じて、健やかな未来社会を創造する」という当法人組織理念を軸に、ゲストの皆様が安心して、心地良い毎日の暮らしが実感できますよう、また、「ご家族、地域の皆様の安心に繋がるように、そして、ケア・医療のプロとして、管理者として、自身の役割をしっかりと見据えながら、笑顔と感謝と挑戦し続ける姿勢を忘れず、全職員とともに高齢化社会の一翼を担い続ける所存です。

今後とも、ご指導、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。  
施設長 高田 哲也

### 「熱中症予防としての水分補給」

熱中症対策としては「水分補給」が一番と言われておりますが、高齢者は若い人に比べると水分の摂取量が少なくなる傾向にあります。高齢者が水分を摂取するのが面倒な理由の一つとして、「頻繁にトイレに行く」となる、「あるいは、夜間も尿漏れの心配がある」などの理由で、水分を控える方がいらっしゃるようです。水分量が少なくなると熱中症はもちろんのこと、便秘にも繋がります。そんな高齢者の方にお薦めなのが「乳酸菌飲料」を摂取することです。「乳酸菌飲料」は味も美味しく、飲みやすい商品がたくさん出ています。「乳酸菌飲料」を飲むことで、高齢者に多い便秘や残尿感の問題も解消されます。水分摂取にもなり、「排便」や「排尿」が適切にされることで不要なものを体外に排出します。

ただし、熱中症予防のためには、「こまめな「水分補給」が必要ですが、塩分の制限がある方は主治医にご相談ください。

### 総務課よりのお願い

利用料のお支払は、毎月十五日までとなっておりますので、期日までにお支払下さい。尚、窓口でのお支払は年中無休、午前九時から午後四時までとなっております。宜しくお願い致します。

### 「アンケートにご協力ください」

今回の請求書に「お客様満足度アンケート」を同封しております。

今後の施設運営、更なる質の高いサービス提供のため、皆様の忌憚のないご意見を頂戴したいと思っております。是非ご協力下さい。尚、アンケートの回答は、同封の返信用封筒に入れて投函して頂くか、ご利用時ご面会時に窓口の回収ボックスにお入れ下さい。

### 「絵手紙」を教えてください方 大募集!

ご利用者様と一緒に活動をして頂き、ともに楽しみながら、「絵手紙」を教えてください方ポランティアさんを探しています。お若い方からご年配の方まで、どなたでもご遠慮なくお問い合わせください。

■内容:絵手紙

■場所:あきる野市伊奈四七七-1

■問合せ:介護老人保健施設オキドキ

TEL 0421-5961-0111

担当 清水



### 熱中症予防ドリンクの作り方

熱中症を防ぐために、水分補給する飲み物ですが、どんな飲み物でも熱中症対策になるとは限りません。

当施設では、熱中症予防のために、今年も6月から、ご利用者の皆様に「熱中症予防ドリンク」を提供しています。簡単に作ることが出来ますので、一度、作ってみては如何でしょうか？(作り方は左記をご覧ください)

#### 【材料】

- 水 : 500ml
- 塩 : 0.75g
- ハチミツ : 13g
- レモン汁 : 10ml

#### 【作り方】

全ての材料をペットボトルに入れて混ぜるだけです。

#### 【その他】

- ・水は一度沸騰させ冷ましたものを使用します。
- ・ペットボトル用なので、ペットボトルで作って冷やせる場所がお奨めです!

### ご当地グルメ ソースカツ丼 (長野県)



写真はあくまでイメージです。

7/19  
**昼食に提供!**

### 7月主な予定

- 7月 4日 (月) ~ 8日 (金) 体重測定
- 7月 7日 (木) そうめん
- 7月 11日 (月) ~ 15日 (金) レクリエーション週間
- 7月 15日 (金) ところてん
- 7月 19日 (火) ご当地グルメ (長野県 ソースかつ丼)
- 7月 28日 (木) 季節食 (うなぎ)