

2017年

8月号

弘前静光園デイだより

☎37-8500

<http://www.sh-aiselen.jp/seikouen/>

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日にち		1	2	3	4	5	6
行事		理学療法士来園指導		理学療法士来園指導			休業日
レク	ティーバッド						
日にち	7	8	9	10	11	12	13
行事					 (山の日)		休業日
レク	音楽療法 						
日にち	14	15	16	17	18	19	20
行事							休業日
レク	「選択レクリエーション」 宝探し・テーブルホッケー						
日にち	21	22	23	24	25	26	27
行事	理学療法士来園指導		旬を楽しむ会 (嶽方面ドライブ) 				休業日
レク	連想ゲーム						
日にち	28	29	30	31			
行事	旬を楽しむ会 		理学療法士来園指導				
レク	パックキッカー						

7月行事の様子です。ご協力して頂いたご家族並びに地域の方々、ありがとうございました。

熱中症に気をつけましょう
熱中症患者の半数は65歳以上です！

バーベキューの様子



なぜ、高齢者は熱中症になりやすいか？

- ①水分が不足しやすい
※高齢になると体内の水分量が少なくなる。
- ②暑さを感じにくい
※暑さやのどの渇きを感じにくくなる。
- ③暑さに対する調整が上手くできない
※体温調節機能が低下する。
- ④無理をする
※夏は暑い、多少は我慢と無理をする。

