

在宅介護のことなら

イツモスマイル

ITSUMOSMILE

vol.29
2019

介護なら  **ともだち** 倶楽部



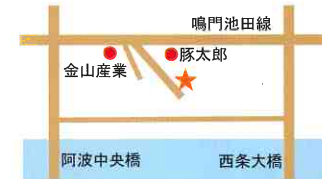
ともだち倶楽部 流しそうめん

阿波市吉野町に
サービス付き高齢者向け住宅
「みらい阿波」OPEN！！



株式会社 未来さんの「サービス付き高齢者向け住宅みらい阿波」が阿波市吉野町で7月1日にオープンしました。気持ちの安らぐ配色を施した内装など高齢者に優しい施設になっています。

お問合せ：株式会社 未来
住所：徳島県阿波市吉野町西条
字床石 53-2
電話：088-696-4002



介護・看護職員 大募集

正職員 正准看護師 パート 日勤 夜勤

無資格の方にも資格取得を
バックアップする制度があります

勤務地／徳島市・藍住町
小松島市・阿南市



<http://itsumosmile.jp>



増田 厚美(ますだまみ)
1985年生まれ。徳島市出身。
6年前からフィルムカメラを始め、
県内外で街と人を写している。
主婦であり一児(小5男児)の母。

今回の表紙写真は、蒸し暑い梅雨の季節の晴れ間にみんなで流し素麺をして涼んでいる様子です。流れてくる素麺を見事にキャッチして「すくえた！」と笑顔が溢れていました。

ライター編集後記

管理職向けマネージメント研修
に取り組んでいます



イツモスマイルでは外部から講師を招いた管理職向けの研修を行っています。

利用者様へのサービスの向上や職員の職場環境の改善を目的とし、研修・セミナーを行っています。今回はハラスメント防止についての研修でした。

クリクラ眉山 「STOP熱中症」 クールダウンキャンペーン



クリクラ眉山では7月1日～8月31日までの間に「イツモスマイル広報誌を見た！」と言って新規お申込み頂きますと、もれなくボトルを3本(4,050円相当)をプレゼントさせていただきます。是非この機会にお申し込みください。

お申し込み ☎088-679-1991 イツモスマイル内
クリクラ眉山まで。

※6カ月以上のご利用をお願いいたします。



クリクラ 飲めば～

ITSUMOSMILE イツモスマイルグループ

vol.2

Have Fun イツモ

梅雨が明ければ本格的な夏の到来はすぐそこ！疲れが抜けにくい、食欲がわかない、など体調の異変を起こしやすい季節です。レジャーや阿波おどりの練習など、楽しい夏を過ごせるように体調管理は「水分補給」からはじめませんか！？今回はイツモスマイルグループの「クリクラ眉山」が取り扱っている宅配水クリクラについてご紹介します。

朝起きて、コップ1杯の水を飲む。
その1杯が健康と習慣をつくります。
クリクラはご自宅までお届けします。



①安心

一般の浄水器と比べ
1,000～/10,000
倍の濾過精度！



クリクラは最新技術で水をキレイにしています。一般の浄水器では取り除けられない環境ホルモンまでしっかりと除去するので「純度」が違います。

②熱中症対策

夏場の健康管理に、身近にあるサーバーでこまめな水分補給ができる。



～おすすめレシピ～
水 500ml に塩小さじ 1/6、はちみつ大さじ 2 レモン汁小さじ 1 を加えた手作りドリンクがおすすめ。
疲労回復の効果も期待できます。

③おいしい

「ミネラルバランス」
がおいしさの秘密です。



飲んでおいしい適度なミネラルバランスで、クリクラは苦みがなくさわやかな飲み口が評判です。

④備蓄できる

クリクラは常に定期的に配送されている新鮮な水ですから、非常時に「賞味期限切れだった」という心配はありません。



停電時にも使える！

いつ起こるかもしれない**災害時**に備えた備蓄でライフラインが止まった場合に備えましょう。通電していない場合でも、クリクラサーバーから水は出てきます。12Lボトルを3本ほど常備しておけば**4人家族の3日分**の飲料水が確保できます。

私がお届けにまいります。

お客様の健康と安心のために定期的に巡回しています。お気軽にお声がけください。



クリクラ眉山：担当 河内

Special



株式会社 未来
代表取締役 森本 直秀

今夏、阿波市吉野町で「サービス付き高齢者向け住宅みらい阿波」を開設する事となりました。開設にあたり、イツモスマイルさんの役員の方には計画段階からご教示いただき、やっとこの日を迎えることが出来ました。

介護施設というと、建物が閉鎖的なイメージがあった私は、自身がサ高住を建てるなら利用者様には自然を見て触れて感じてもらえる場をつくりたいと考え、今回のサ高住みらい阿波ではその為の充分なスペースをとっています。

また将来的には託児施設を併設することで、子育て世代の介護職への就労を支援し、子どもを産み・育てやすい環境づくりをサポートしたいと考えています。

自然の中で遊んでいる幼い子どもたちと利用者様が接することで、いつまでも元気で、生き生きとした人生を送ってもらうことを目標としております。

みらい阿波の運営に携わってくださる職員を「みらいのファミリイ」と呼ばせてもらい、一丸となってより良い地域づくりを目指します。

熱中症に気を付けましょう

これからの季節に急増する熱中症。今回はイツモスマイルクリニックの院長・岡先生に高齢者の熱中症対策についてお話を伺いました。

高齢者は熱中症に特に注意が必要です。熱中症患者の**およそ半数が高齢者**(65歳以上)です。日中の炎天下だけでなく、**室内でも夜間でも発生**しています。

体の中の水分量も若者と比べると低いので、脱水症状に陥りやすくなっています。また、体の老廃物を排出する際に、たくさん尿を必要とします。高齢者は体温調整機能が低下しているため体に熱がたまりやすくなります。さらに暑さやのどの渇きを感じにくくなるなど、体が出している危険信号に気づきにくくなっています。

「周りに迷惑をかけたくない」「体が冷えるのが嫌だ」「夏は暑いものだから多少は我慢」など、つい無理をしたり、自分の生活スタイルを変えないことがあります。しかし体が加齢で変化しているように、真夏日や熱帯夜の増加など以前より夏は暑くなっています。今までと同じ夏の過ごし方では対処しきれないことを理解する必要があります。また近年は春の熱中症も少なくありません。

こまめな水分補給を

高齢者の熱中症は知らない間に脱水症や尿路感染症(腎盂腎炎)、皮膚の炎症を併発し高熱が出たりする場合があります。エ**エアコンを上手に活用**することで暑さや湿度を和らげましょう。春先から初夏は窓



を開け、換気することも有効です。

高齢者は若者と比べて汗をかきにくいですが、慣れると汗の量も増え暑さに耐えやすくなるので散歩など無理のない範囲で**汗をかく習慣**をつけましょう。またご自身で布団や衣服の調整ができない高齢者の方(認知症や寝たきりの方など)は**周囲の人がエアコンをつける、薄着にさせる、水分をこまめに摂取させる**など、日頃から配慮をお願いできればと思います。日常的な水分補給は常温で大丈夫です。

家族や周囲の人が、**高齢者は少しでも暑ければ熱中症を起こしてしまう可能性**が高いと意識して積極的に声をかけてください。