

令和7年



# みづき便り

麻績村社会福祉協議会  
デイサービスみづき  
☎ 67-3099

\* \* \* \* \*

1月は、カルタ取り・おみくじ・お賽銭ゲーム・七福神ゲームで、お正月遊びを楽しみました。まもなく、立春を迎えます。『春の始まりであり1年の始まり』とされています。まだまだ寒い日が続きます。インフルエンザが猛威を振っています。体調管理に気を付けましょう。



## 2月の行事予定



2月10日の週 散髪サービス

(早めのご予約をお願いします。散髪の締め切りは2月3日(月)です)

2月4日(火)・10日(月)・15日(土)お誕生日会(おめでとうございます♡)

☆毎週木曜は移動販売車が来ます☆

## ～みづきから感染症対策のお願い～

インフルエンザ・新型コロナウイルス等の感染防止のため、  
ご協力とご理解をお願いします。

- ①お迎え前にご自宅で検温をお願いします。
- ②来所持は新しいマスクの着用をおねがいします。
- ③施設に着いたらうがい・手指消毒をお願いします。
- ④家族内でコロナ・インフルエンザ等発熱症状があればお休みをお願いします。

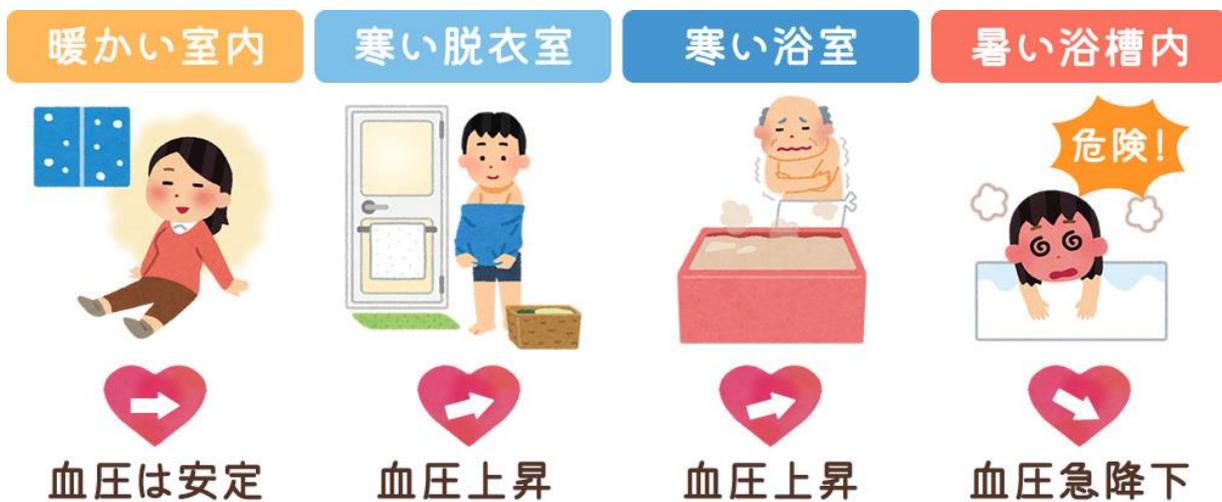


\*体調がすぐれない、いつもと違うな・・・と  
感じた場合は大事を取ってお休みください。  
連絡帳に予備マスクを数枚入れてください。

# ストップ！ヒートショック！

ヒートショックは急な温度差による血圧の急激な変化によって引き起ります。血圧の変化によって一時的に脳内が貧血状態になり、呼びかけても反応が無いなど一過性の意識障害をおこすことがあります。

ヒートショックによる死者は、交通事故の死者の約 2.2 倍！2023 年は家や施設で水死した 65 歳以上の高齢者は 6073 人でした。しかし、しっかり予防意識を持つことで発生リスクを軽減できます。



まごのおねがいで覚えて予防しましょう

- ① まずは、コップ 1 杯の水分補給！
- ② 極楽みづきのお風呂でもご用心！
- ③ のぼせるから 5 分以上入らないで♡
- ④ お声を掛けられたらすぐに出てね
- ⑤ 寝ちゃいけないよ！
- ⑥ 我慢は厳禁！熱いお風呂はダメよ！
- ⑦ いきなり立ち上がらないで！ゆっくり上がってね！

