



ドリームケア ひのだより

日野では、9月14日（金）に敬老のお祝いをしました。豪華な昼食を食べていただき、その後は、歌や踊りの催し物を観ていただき、楽しいひとときを過ごして頂きました。

★出演者の皆さま★

- 司会・歌：土橋様
- ハーモニカ：廣川様
- 踊り：中村様
- マジック：ヒーロー つじ



★記念撮影★



★お品書き★

- お祝い御膳
- お吸い物
- 紅白まんじゅう

楽しい一日でした！！





みなさまに
支えられて
私たち
「ドリームケア
日野」は
日々
生かされてお
ります。



これからも
みなさまの
笑顔
とともに
職員一同
努力して
参ります！！



笑いの絶えな
い場所として！



社会福祉法人 佐世保白寿会
あなたの町の小さなデイサービス♪

ドリームケア 日野

住 所 佐世保市日野町2056-4
電話番号 (0956) 28 - 5572 百武



「ドリームケア日野」がサポートいたします。



健康だより



過ごしやすい季節になりましたが、気温の寒暖差も激しく、冬に向かう季節の秋だからこそ、注意する点をいくつかご紹介いたします。

① 食中毒に注意

夏から引き続き要注意なのが、食中毒です。秋はキノコなどの自然毒が高まる可能性もあります。



② 「肺の病気」に注意

空気が冷たくなり始める季節です。杯は冷たい空気や乾燥に弱い臓器といわれています。これからの季節、どんどん空気が乾燥し、冷たくなってくるので、口から呼吸すると口腔内、喉が乾燥し、細菌などが直接侵入し、粘膜に炎症をおこしてしまいがちです。出来るだけ鼻呼吸にして、冷たい空気や細菌から体を守るようにしましょう。



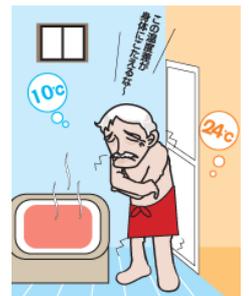
③ 「感染症」に注意

この時期、要注意なのがインフルエンザです。空気が乾燥していると病原体は活躍し始めます。予防接種などで対策をすることも大切ですが、身体の調子を整え、病原体に負けないように備えることが大切です。



④ 「血圧」に注意

寒くなり始めると、入浴時などにとっても急激な寒暖差を引き起こすことが出てきます。この気温差が血管や心臓に負担を掛けているのです。急激な気温変化があると、人間は体温調整を行うために血管が収縮し、血圧や脈拍が上がります。それらが心筋梗塞や脳梗塞につながる原因となってしまいます。暖房器具や服装などで、温度差があきすぎないように心掛けましょう。



これを参考に早めの対策で、これからも元気に
ドリームケア日野へお越しくださいね！！

曜日別空き状況 (1日定員12名)	日	月	火	水	木	金	土
	3	1	1	2	0	1	0
その他連絡事項等	○現在、木曜、土曜日以外に空きがあります。いつでもご相談下さい。(10/1時点)						

ご不明な点がございましたら下記までご連絡下さい。

社会福祉法人 佐世保白寿会 ドリームケア日野 指定事業所番号 4270203039



佐世保市日野町2056-4 電話 28-5572 担当：百武