



令和6年7月号

Hello!ふぁみりいだよ!

7月になり、夏本番ですが暑くなり始めたこの時期に注意したい「かくれ脱水症状」というのはご存知ですか？

軽度の脱水症状よりもさらに前段階で、症状の自覚がないまま対策がとれていない状態を指します。特に高齢者はその状態から元に戻る力が弱く、そこから重症化へ繋がる危険性があります。

- ・手の甲を皮膚をつまんで離した後に
つまんだ形跡が3秒以上残る
- ・口の中がねばつき、食べ物を飲み込みにくい
- ・便秘気味

こんな症状があらわれたら、
かくれ脱水症状かもしれません。

こまめな水分補給や規則正しい食生活で
この夏も元気に乗り切りましょう！



ボランティア大募集中！！

ただいまボランティアさんを募集中です。

配膳、活動の補助、傾聴のボランティアなどです。お問い合わせは安藤まで。

有限会社ナイスケア デイサービスふぁみりい
〒169-0075
東京都新宿区高田馬場4-31-10
FLAT MELS 1階
TEL 03-6279-3460 FAX 03-6279-3461

2024年6月の活動報告
装飾活動&てるてる坊主ゲーム

