



おほろばだより

第135号

〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2

デイサービスセンターまほろば

☎ 0274-40-2022

編集委員 宇佐美・田辺



題字：吉澤 昭江様

連日猛暑の日が続き、関東甲信地方では最も早い梅雨明けの発表となりました。関東甲信では平年より22日早く、去年より19日早い梅雨明けで、2018年の6月29日を抜いて、1951年の統計開始以来、最も早いということです。早い梅雨明けにより、この時期としてはかなり高い気温が続く見込みですので、体が暑さに慣れていないこの時期は、熱中症や脱水の危険性が非常に高い為、こまめな水分補給を心掛け、エアコン等を上手に活用してゆっくり体を休めて下さい。また、デイルーム内もエアコンで温度管理を行っていますので、調整のしやすい服装や1枚羽織る物をご持参ください。

【潤青会からのお願い】

・コロナ感染症の重症者数は減少しているようですが、未だ収束しているわけではありません。夏に向かい、マスク着用の有無も言われていますが、デイサービスなど人の集まる場所ではまだまだ注意が必要です。デイサービスご利用の際には、引き続きマスクの着用、手洗い、うがい、換気の励行などをお願いします。また、集団感染を防ぐため、少しでも下記の症状があった場合は、ご利用を控えて頂きたいと思っておりますので、ご協力宜しくお願い致します。

●体調不良(のどの痛み・倦怠感・せき・鼻水・吐き気等)の方 ●熱が37.0℃以上の方。

また、ご家族様や身近でコロナ感染症の疑いや、接触があった場合は必ずご連絡ください。



※4回目の新型コロナウイルスワクチン接種が開始されます。

お手数ですが、接種の日程等が決まりましたら職員までお知らせください。また、接種後具合が悪くなった方や、接種場所に炎症等が見られる場合も合わせてお知らせください。

＜行事報告＞ ●手作りおやつ(おかずマフィン)

6月の手作りおやつは22日(水)に「おかずマフィン」を作って頂きました。

ビニール袋に薄力粉とシーチキンフレークを混ぜた生地を入れ、良く揉んで、アルミカップに移し、枝豆とプチトマトを乗せて出来上がり。後は厨房で焼いてもらって完成です♪

「甘くないおやつもたまにはいいね。柔らかくて美味しかった♪」と仕上がりに満足そうな様子でした。



●2種の花火作り

デイルームに綺麗な花火を飾りたいと、6月は皆様に2種類の花火を作って頂きました。

様々な色の折り紙を使用した立体的な花火と円状に切った色画用紙にカラーモールや丸めたお花紙などでデコレーションした花火の2種類を作って頂きました。

どの作品も素敵な色使いでデイルーム内がとて華やかになり、大変ご好評頂いています♪



●6月利用者様作品 (七夕飾り、カレンダー)

施設の空き情報

【令和4年6月30日現在】



暮らしの知識

猛暑と原因について!!



◎猛暑日とは

近年、日本では夏になると猛烈な暑さに襲われる日が発生するようになりました。これは天気予報などで真夏日や猛暑日

という言葉で表現され、気象庁によって決められた気温を超えたときや警戒を呼びかけるときに使われます。基準は最高気温が35℃以上の日を猛暑日、30℃以上35℃未満の日を真夏日、25℃以上30℃未満の日を夏日と言います。猛暑日という言葉は、2007年の予報用語の改正において、熱中症と共に予報用語として追加されました。

◎猛暑日が追加された背景

猛暑日とは最高気温が35℃以上の日であり、人間の体温とほぼ変わらない気温あるいはそれ以上に高い気温になることもあります。この猛暑日が2007年以降に予報用語に追加された背景には、その日数に関係があります。

1910年以降、気象庁で観測した全国の日最高気温の統計によると、猛暑日、つまり35℃以上を観測した日数が1994年頃から大きな変化を見せていることが明らかになっています。1994年以前で35℃以上を記録した日数は少なく、1942年を除いてほとんどが3日以下でした。一方で1994年には猛暑日が6日以上を記録し、記録的な暑さとなりました。同様に、猛暑日を記録した日数が多かったのは2010年と2018年になります。気象庁の統計では猛暑日が1910年から2019年までの100年あたりで1.8日増加していることが報告されており、年間日数は徐々に増加しています。また、猛暑日の平均年間日数について1990年から2019年までの最近30年間は約2.3日に対して、1910年から1939年の0.8日であり、約2.9倍も増加していることも明らかになっています。

◎猛暑日が増えた原因は？

なぜ猛暑日が増えてしまったのか、その原因として考えられる現象が「地球温暖化」と「ヒートアイランド現象」です。どちらも気温の上昇に関して度々取り上げられる現象であり、私たちのごく身近で行われていること、あるいは人間が構築した社会活動によって起こっている現象です。猛暑が問題になっているのは日本だけではなく、世界各地で気温が上昇し、深刻な問題になっています。猛暑の脅威は、すでに危険な領域にまで達しており、熱中症となる可能性が高まり、救急搬送となることもあります。最悪、命を落とす場合があるため、真夏日や猛暑日には十分注意しましょう。

特 養 ☎0274 23-6520	現在満床ですが、お申し込みやご相談は随時受け付けております。電話にてお問い合わせ下さい。要介護2までの方についてもお気軽にご相談下さい。 【担当：平石、井口】
ショートステイ ☎0274 23-6520	7月→現在、少しだけ空きがあります。8月→先着順に予約受付しています。9月以降についてはご相談下さい。ロングショートに関しましても、調整により、受け入れが可能な場合もありますので、ご連絡下さい。 なお、ご家族の事情等で緊急を要する場合も、出来る限り対応させていただきますのでご相談下さい。 【担当：平石、井口】
グループホーム ☎0274 23-6520	現在は入居しやすい状況となっています。お申込みやご相談は、随時受け付けていますので、お気軽にご相談ください。 【担当：黒澤】
デイサービス ☎0274 40-2022	月曜～土曜の全ての曜日に空きがございます。ご利用を希望される場合は、お気軽にご連絡下さい。 機能訓練については、専門職が担当しています。(理学療法士・按摩マッサージ師・看護師) 【担当：平井】

7月行事日程



- | | |
|----------------------|-------------------------------|
| 5日(火) . . . 七夕おやつ | 21日～27日 . . . 理美容 |
| 7日(木) . . . 七夕行事食 | 21日(木) . . . 手作りおやつ |
| 8日(金) . . . 味わい御膳昼食 | 25日～30日 . . . まほろば温泉 |
| 15日(金) . . . お誕生日昼食会 | 27日(水) . . . 駅弁 (横浜駅 しゅうまい弁当) |