

梅雨時期の食中毒に注意！！

6月に入り、気温も湿度も上昇する季節『食中毒』への注意が必要です。

特に高齢の方は抵抗力が低下しがち。

食中毒の主な症状は「腹痛・下痢・嘔吐」など。

症状は、数日で回復する軽いものから、腸内で出血を伴うものまで様々です。

日頃の生活の中でしっかり予防しましょう！



- つけない
手洗いを徹底して菌をつけない！
- ふやさない
長時間室温に放置せず、早めに食べる！
保存は冷蔵庫で菌を増やさない！
- やっつける
十分な加熱調理で菌をやっつける！

症状が出た場合は速やかに医療機関を受診しましょう

事業所番号
3051480014

令和元年
6月号

熱中症予防に 隠れ脱水対策を！

夏の4大脱水症状にご注意を！！

- 「べた」...首筋などがべたべたしてくること
- 「だる」...元気がなく見えること
- 「ふら」...めまいや立ちくらみ、少しふらふらしているように見える
- 「いた」...足がつかたり、頭痛が現れている状態

特に注意したい「高齢者」

高齢者は、もともと体内水分量が少なく、暑さやのどの渇きを自覚しにくいので、脱水状態になりやすく、熱中症のリスクが高くなります。

こまめな水分補給
をこころがけましょう！



ちょっとひとこと♪

今年も早くも半年が過ぎようとし、元号も「平成」から「令和」になり、早くも1か月が過ぎました。

季節も春から初夏へと移り変わり、忍び寄る猛暑、酷暑の夏本番。

昨年は、温暖化が影響していると言われていて、豪雨災害をはじめとする、数々の自然災害。

それらの恐ろしさを改めて身近に感じ、明日は我が身、と危機管理を改めないといけなくと強く実感させられた一年でもあったのではないのでしょうか。

先日の新聞からですが、今年も昨年同様、またはそれ以上の予想雨量、台風災害、自然災害に注意を、と記載されていました。

もちろん来たるべき地震も忘れてはなりません。

「令和」に込められた意味にもありますが、皆様にとって和やかな日々が訪れますように♪



サービス内容の変更・追加・新規依頼等は

窓口担当：吉岡 大祐 までよろしくお願ひします

発行元

医療法人同仁会

老人保健施設カルフル・ド・ルポ

海南市築地1番地61

TEL073-483-1000

FAX073-483-8200