

多久市在宅介護支援センター

天寿荘だより



令和 3年 12月号 No.370

今年もあとひと月となり、寒さも本格的になりました。今年の冬は比較的寒いと言われています。そこで、簡単にできる『部屋の寒さ対策』をお知らせします。とはいえ、新型コロナ感染予防対策も必要です。30分毎に窓を開け、換気をしましょう。



【 11月の活動件数 80件】

●申請手続き代行

- ・配食サービス・見守り事業 1件
- ・生活管理指導員派遣 0件
- ・生活管理短期宿泊 0件
- ・緊急通報システム 0件
- ・紙おむつ支給申請 0件

●訪問・相談業務

- ・高齢者実態把握 0件
- ・医療・介護に関すること 78件
- ・その他 1件

介護や生活の上でお困りのことがあれば、いつでもご相談ください。

天寿荘
天寿荘在宅介護支援センター
坂井賢一 村島勲

電話74-3100
直通74-4818
尾形ひとみ 納富敦子



天寿荘居宅介護支援サービス事業所便り

は つ ら つ

令和 3年 12月号 No.177

部屋の寒さ対策

寒さの原因は暖かい空気が逃げるからです。家の寒さを和らげるキーワードはズバリ『窓』です。暖房などで温めた空気は※58%窓から逃げると言われています。

◎カーテン

・床に付くくらいの長さのカーテンをつるす。…隙間から冷気が入らないので保温性を高める事ができます。

・カーテンは日暮れ前に閉める。…太陽が当たっている昼間は、カーテンを開けてたっぷり暖かさを取り込みます。日が落ちる前にカーテンを閉めて暖かさを逃がさないようにします。

◎窓際に窓下用ヒーターを置く。

・窓の近くでは、冷やされた空気が下降してくるダウンドラフトやコールドドラフトと呼ばれる現象が起こっています。足元に冷たい空気が流れるので、隙間風と間違えられますが、冷たい空気が窓の上部から流れています。その冷たい風に対抗するための暖房器具として、窓下ヒーターが有効です。窓の結露も防止してくれます。

