

天寿荘だより



令和 4年 11月号 No.381

美しく風に舞う木の葉に秋の深まりを感じるこのごろですが、お変わりなくお過ごしでしょうか。季節の変わり目は朝晩の寒暖差が大きい時期です。テレビ等でヒートショックという言葉

を耳にされたことがあると思います。今回はヒートショックについてご案内します。



【 10月の活動件数 77件】

●申請手続き代行		●訪問・相談業務	
・配食サービス・見守り事業	0件	・高齢者実態把握	0件
・生活管理指導員派遣	0件	・医療・介護に関すること	70件
・生活管理短期宿泊	0件	・その他	7件
・緊急通報システム	0件		
・紙おむつ支給申請	0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

電話74-3100
直通74-4818

坂井賢一 村島勲 江口千昭 尾形ひとみ



は つ ら つ

令和 4年 11月号 No.188

大きな気温の変化によって
血圧が急激に上下し、心臓
や血管の疾患が起こること
をヒートショックと呼びます。
具体的な健康被害には、
心筋梗塞・脳卒中・失神な
どがあります。



起こりやすい場所ベスト3

お風呂場



対策

- ・脱衣所と浴室の温度差を小さくする。
- ・入浴する前に浴槽の蓋を開け、温めておく

トイレ



対策

- ・便座の暖房機能を使う
- ・小型の暖房を入れる

廊下



対策

- ・廊下に絨毯やマットを敷く
- ・歩く時スリッパを履く