



仲間新聞第 130 号

11月は秋から冬への季節の変わり目。寒い冬に起こりやすいのが

「ヒートショック」。

特に冬場のお風呂、脱衣所、トイレで起きやすいので注意が必要です。暖かい部屋から寒い部屋へ移動した際に急激な温度変化で起こります。最悪の場合、脳卒中等の命に関わる病気が増加します。

部屋を暖めておく、お風呂に浸かりすぎない(10分程度推奨)部屋移動は上着を羽織るなど対策をお勧めします。冬でも水分補給は必須です。

介護福祉士・武田昌司



仲まちで働くことになりました。

若輩者ですが一生懸命働きますので、よろしくお願いします。

一日でも早くお役に立てるよう

精一杯頑張りますので
よろしくお願いします。

NewFace!

看護師・神野沙弥香



今年も仲間大運動会が開催されました。紅白に分かれ、玉入れや被り物競争・パン食い競争が行われました。



だんじり・太鼓台をみたよ

