

# こ ん に ち は



平成27年 葉月号

夏らしく、暑い日が続きますね・・・

今年の7月1日～15日まで横浜市内で熱中症の為、救急搬送された方が84名いらっしゃいます。ご高齢の方や子供は、じっとしていても暑い日だと熱中症をおこす事があります。



熱中症には高い気温だけではなく、高い湿度も関係しています。エアコンを使用し気温を下げても、湿度が高いと熱中症になってしまいます。湿度が人間に与える影響は大きく、湿度の高低により心地よく感じたり、不快感を感じたりします。

湿度がどのような時、私達は快・不快を感じると思いますか??

55以下	寒い
55～60	肌寒い
60～66	何も感じない
65～70	快い
70～75	不快感を持つ人が出始める
75～80	半数以上不快
80～86	全員不快
86以上	我慢できない

一般に熱中症になるのは湿度が75%以上のときです。気温が30℃以下でも湿度が75%であれば熱中症の発症率は高くなります。これは、汗が蒸発しにくいいため体温を下げるができないからです

また高齢者は高湿度による不快感を感じにくいので、熱中症対策のための温度計・湿度計を見やすいところに置いておきましょう！



まだまだ猛暑が続いています！ご利用者様・ご家族様が適切な気温調整をし



こまめに水分補給をして夏をのり越えましょう！

都筑区医師会訪問看護ステーション	TEL	045-913-5181
都筑区医師会ヘルパーステーション	TEL	045-913-3577
都筑区医師会24時間在宅ケアステーション	TEL	045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL	045-910-6327
都筑区医師会福祉用具センター	TEL	045-911-6100

看護・介護・福祉用具・24時間在宅ケア	居宅
FAX 045-911-6700	FAX 045-910-6506

☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

<http://www.tsuzuki-med.org/center/idea.html>

『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『在宅事業部門』からお入り下さい。

7月16日、小林クリニックの小林雅子先生による

「認知症について一かかりつけ医からみた認知症」というテーマでの講演がありました。

先生のお話しの中から、「もの忘れ」についてご紹介します。認知症の症状と言えば「もの忘れ」というイメージがあると思いますが、加齢に伴う普通の「もの忘れ」と、認知症の「もの忘れ」とは異なるそうです。

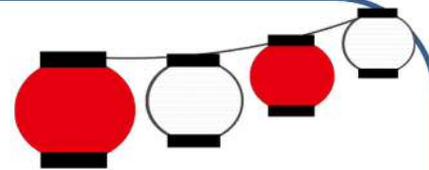
普通のもの忘れ	認知症のもの忘れ
体験の一部を忘れる	体験の全体を忘れる
記憶力の低下	記憶力の低下に加えて、判断をすることや実行することにも支障がある
もの忘れを自覚している	もの忘れの自覚に乏しい
探しものも努力してみつけようとする	探し物も誰かが盗ったと言うことがある
時間や季節の感覚はしっかりしている	時間や季節の感覚がなくなる
作話はみられない	しばしば作話しがみられる
日常生活に支障はない	日常生活に支障をきたす
きわめて徐々にしか進行しない	進行性である



私の両親もそろそろ心配になる年齢です・・・これを、ひとつの指標としてみようと思います！  
皆さんも、指標としてみて下さい(^-^)/

## ～地域の祭り！～

盆踊りを踊り、ビール片手に焼き鳥・たこ焼き・イカ焼き等々…  
夏の風物詩といえやっぱり祭りでしょう！



8/1にはすみれが丘小学校で盆踊り大会が開催されました。様々な屋台があり、またプラスバンド演奏やダンスの他に巨大壁画や浴衣ショーなどのイベントもありフィナーレにはなんと校舎屋上から花火も打ち上げられ盛りだくさんの内容となっていました。会場内は多くの人でとても賑っていました。(去年は約4000人もの来場があったそうです！)。



都筑区には15の地区連合があり他にも各自治会町内会で、夏祭り・盆踊り大会が企画されています。自治会・町内会は住民の方々の身近な組織ですので地域のみなさまで連帯感を深めるためにも、暑い季節ですが気分転換に足を運んでみてはいかがでしょうか。

## 編集後記

猛暑が続いていますね。熱中症には十分気を付けましょう。

事業所内ではスタッフが順番にお休みを取らせていただいています。訪問日や時間や訪問者の変更・お休みなど、利用者様にはご迷惑をおかけしておりますが、よろしくごお願い致します。(内海)



## 【目安箱】

ご意見、ご要望などは、いつでも  
ご遠慮なく、ご連絡いただけますよう  
お願い申し上げます。

910-6327 主任管理者 吉井