

# 輪光無量寿園居宅だより

令和3年 8月号



輪光寺のノウゼンカズラ↑とぶどう↑

宮崎日南ハイビスカス↑

大隅町新原の向日葵↓

丸田さんちの葵の花→

諏訪の水田↓



## 輪光無量寿園・出前授業実施中！

『こんなこと、どこに聞いたらいいの?』というような困りごと等、何でもお気軽にご相談下されば輪光福祉会のスタッフが皆様のところへ出向きわかりやすく説明させていただきます。内容にもよりますが30分位を目途にコロナウイルス感染対策を充分行い対応させていただきます。

- 発行元：輪光無量寿園居宅介護支援事業所
- 住所：〒899-8101  
曾於市末吉町岩崎971-1
- TEL：099-482-5001
- FAX：099-482-5004
- E-mail：kyotaku@rinkou1964.ne.jp
- URL ht t p：//www.rinkou1964.ne.jp  
/rinkou  
中島・渋谷



【今月のテーマ】

# マスク熱中症にご用心！

昨年に引く続き、コロナ禍での夏を迎える事となりました。『新しい生活様式』が求められる中、例年以上に熱中症にも気をつけなければなりません。今年は、暑い夏を元気に乗り越えるための熱中症予防行動のポイントについてお伝えします。

## 1. 暑さを避ける

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防の為、換気扇や窓開放によって換気を行う
- ・涼しい服装、日傘や帽子の着用
- ・少しでも体調が悪くなったら涼しい場所へ移動



## 2. 適宜マスクを外す

- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクは外す
- ・マスク着用時は、強い負荷の作業や運動は避ける



## 3. こまめに水分を補給する

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に1時間ごとにコップ1杯
- ・入浴前後や起床時もまず水分補給を
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



## 4. 日頃からの体調管理を

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪く感じた時は、無理せず自宅で静養
- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を



## ● 輪光無量寿園・職員募集しています ●

一緒に介護の仕事してみませんか？より良いケアを目指して私達と働いてみませんか。

● 募集職種：介護職員・看護職員・介護支援専門員

※介護職員は資格、経験は問いません・・・仕事をしながら資格取得も目指せますよ！元気・やる気のある方大歓迎

※紹介・就職支度金制度キャンペーン中・・・今すぐお電話を

☎：099-482-1047 担当：山中・原田・金丸

スタッフ  
募集



※写真掲載については本人様の了承のもと個人情報保護法に基づき掲載させて頂いています。



