



今年の夏の気温は、全国的に平年より高く、暑い夏になると言われています。特に暑さのピークとなるのは8月前半になる見込みだそうです。しかしピークは過ぎても暑い日はまだまだ続くと思います。

皆さんは、この暑さをどのようにしのぎ、熱中症対策をしていますか。自宅で扇風機やエアコンを使う人は多いと思いますが、自分の体(手首や首・ひじの内側など脈拍が取れるような皮膚が薄いところ)にタオルを巻いた保冷材などをあて、体の中の血液を冷やし効率よくクールダウンしている方、また体温を下げられている食べ物(スイカ・ナス・ゴーヤ・きゅうり等)を摂る方もいると思います。スイカやナス・ゴーヤ・きゅうりにはカリウムや水分が多く含まれていて利尿作用に優れ、尿と一緒に体の熱を逃がすため体温を効果的に下げられるそうです。しかしこれらの方法は熱中症対策として十分とは言えません。熱中症対策の基本となるのは、暑さに負けない体づくり、しっかりとした食事や水分摂取、適度な塩分摂取、十分な睡眠などが重要です。

この暑い中でも、一生懸命支援して下さる皆様には本当に感謝しています。しかし健康あってのお仕事でもありますので、日頃から自己の体調には十分気を付けて頂き、この暑い夏を乗り切っていただきたいと思います。

代表取締役 佐藤 高広

8月全体会議 8月23日(水)
時 間：1部 16:00~17:00
2部 18:00~19:00
テーマ：「コミュニケーション」
持ち物：フェイスシールド・筆記用具
四つのお約束



この度は第1回介護川柳大会にご協力頂きありがとうございました。

皆様からの投票結果を元に、最優秀賞1名、審査員賞5名、社長賞1名が決まりました。

最優秀賞「コロナにも負けぬチームだ 虹の家!」、ヒヤリハット賞「気をつけて 言ったあとから 我こける」、ヘルパーあるある賞「聞こえます! 大声対応 叱られる」、仕事大好きで賞「ユニフォーム 着ている時が 元気かな?」、涙が出ちゃうで賞「今日もまた 父母思い ケアをする」、ほっこり賞「しわの手は 子供の頃に 繋いだ手」、社長賞「ありがとね いつまでできる おんがえし」となりました。各部署やInstagramにおいて皆様から投稿して頂いた全ての介護川柳も掲示しておりますので、是非ご覧ください。

ケア・サービス虹 SNS 部隊 益永 展秀

8月カレンダー渡し
8/30(水) 13:00~18:00
8/31(木) 9:00~18:00

