

南東北通所リハビリテーションセンター須賀川

8月に暑さが増してきましたが、皆様夏バテは大丈夫でしょうか？しっかりと水分・塩分摂取し、今年の夏も乗り越えていきましょう。さて、通所リハでは7月毎年恒例となっている七夕の短冊と飾りつけを行いました。ご家族や自身の健康等の願いが多く、今年も多くの短冊を飾る事が出来ました。皆様の願いが叶いますように☆



七夕祭り

ぼたん通信

8月号



南東北パワーリハビリテーションセンター須賀川

暑い日が続いていますが、皆さん体調はいかがでしょう。パワーリハでは暑さを吹き飛ばす様な涼しくなる催しを開催しました(^_^)

今年はいちご、メロン、練乳をご用意させて頂きました！久しぶりに食べるかき氷、とっても好評でした☆



かき氷

一般財団法人 脳神経疾患研究所
 附属総合南東北病院 附属須賀川診療所
 南東北通所リハビリテーションセンター須賀川
 南東北パワーリハビリテーションセンター須賀川
 (令和六年八月十五日発行)

★南東北須賀川通所コラム★



熱中症に注意しましょう！



8月に入りましたが、まだまだ暑い日が続いています。
暑い日は熱中症に注意していく必要があります。

＜熱中症はどのようにして起こるのか＞

熱中症を引き起こす条件は「環境」「からだ」「行動」

環境→気温が高い、湿度が高い、風が弱い等があります。

からだ→激しい労働や運動によって体内に著しい熱が生じたり、

暑い環境にからだが十分に対応できない事等があります。

その結果、熱中症を引き起こす可能性があります。



＜熱中症の分類と症状＞

- ・ **熱失神** : めまい、一時的に失神する、顔面が真っ青になる（顔面蒼白）。
- ・ **熱けいれん** : 筋肉痛の様な痛み、手足がつる、筋肉が痙攣する。
- ・ **熱疲労** : 全身が重だるい(倦怠感)、頭痛、寒気、嘔吐、集中力や判断力が低下する。
- ・ **熱射病** : 発熱、意識障害(呼びかけや刺激に対して反応が鈍い)、言動が不自然、ふらつく。



＜熱中症予防について＞

- ・ こまめな水分摂取をしましょう。
- ・ むりをせず徐々にからだを暑さに慣れさせましょう。
- ・ 室内でも温度を測りましょう。
- ・ 体調の悪いときは特に注意しましょう。



当施設への見学も随時行っておりますのでお気軽にお問い合わせ頂きたいと思います。また施設内の環境につきましても浴室等時間によって見学もできます。どうぞよろしくお願い致します。



南東北通所リハビリテーションセンター須賀川

電話 (0248) 73-3329 (直通)

南東北パワーリハビリテーションセンター須賀川

電話 (0248) 73-3129 (直通)

ファックス (0248) 72-9590 (共通)

営業時間 8:30~17:00

e-メール : sukagawacclinic@mt.strins.or.jp

ホームページ : <http://www.sukagawa-clinic.com/>

〒962-0032

須賀川市大袋町206-2

(一財) 脳神経疾患研究所

附属 総合南東北病院 附属 須賀川診療所

電話 (0248) 73-3331 (代表)

【関連事業所】

南東北須賀川居宅介護支援事業所

南東北訪問看護ステーション たんぽぽ