



e-care 通信



Vol.182
2026年7月



Cover Spot

【熱海市】熱海サンビーチ



熱海サンビーチは、ヤシ並木が続く白い砂浜と穏やかな青い海が広がり、海外のリゾート地のような雰囲気漂う熱海のメインビーチです。周辺には小説『金色夜叉』の舞台として有名な「お宮の松・貫一お宮の像」や、イタリアの港町をイメージして造られたロマンチックな親水公園「ムーンテラス」といった名所が揃っています。さらに夜になると、砂浜が日本初となる淡いブルーのライトアップで幻想的に彩られ、昼夜を問わず散策を楽しめるのが大きな魅力です。

pick up

防災訓練



フローレンス川島田で防災訓練を実施しました。毎年の積み重ねにより、避難誘導や集合も年々スムーズになっています。当日は利用者様同士で声を掛け合う頼もしい姿も見られました。消火訓練では、皆様が重い消火器をしっかり支えて見事に的を狙っていました。職員にとっても消火器の使い方を再確認する貴重な機会となりました。今後も皆様と協力し、安心・安全な施設づくりに努めてまいります。



フローレンス富士の郷

お手玉に挑戦



利用者様が室内でお手玉に挑戦されました。普段行っているお手玉ですが、この日は少し難易度を上げて3個同時に扱う技にも挑戦しています。「3個は無理ね」と言いながらも、意欲的に取り組まれる姿が印象的でした。上手くいく時もいかない時も含めて、良いリフレッシュの時間となったようです。また次回の挑戦を楽しみにしています。



模様替え



梅雨入りをを感じる時期となりました。雨の日が続く時期は室内で過ごす時間が多くなりがちですが、施設内では模様替えを少しずつ行っています。世界遺産の写真や、昔のドラマの新聞などを綺麗に飾っています。ジメジメとした日が続きますが、新しくなった飾りを眺めながら、毎日を晴れやかな気持ちで過ごしていただけるよう取り組んでいます。



穏やかな時間



居室を訪ねると、ご利用者様が真剣な表情で編み物をされていました。一目ずつ丁寧に編み進めるお姿から、昔からずっと楽しまれてきたことが伝わってきます。好きなことに夢中になるいきいきとした笑顔のまわりには、とても穏やかな空気が流れていました。完成がとても楽しみです。これからもその人らしい生活を大切に、安心して笑顔で過ごせる毎日のサポートを続けていきます。



フローレンス川島田



塗り絵に挑戦



この日のレクリエーション時間は、皆さんで塗り絵を楽しみました。「この色がきれい」「昔よく描いたよ」といった会話も弾み、終始なごやかな雰囲気。指先を動かして色を考える塗り絵は、脳のリフレッシュや集中力を高める効果も期待できます。完成した作品は見事なものばかりで、お互いに見せ合いながらたくさんの笑顔が生まれました。これからも皆さんにワクワクしてもらえるような、温かい時間を企画していきます！

冷やし中華 はじめました



この日の昼食は大人気の「冷やし中華」。ほかに餃子、杏仁豆腐を提供しました。錦糸卵やハム、きゅうり、紅生姜を盛り付けた涼しげな一品で、利用者様からは「久しぶりに食べた」「さっぱりしていておいしい」といった声が上がりました。食事中は会話も弾み、楽しい時間となったようです。今後も季節感を大切にした食事の提供を続けていきます。



トランプゲーム



利用者様と職員が集まり、トランプの「ババ抜き」を楽しみました。最初は3名でのスタートでしたが、途中で参加者も増え、合計3回戦も行いました。カードを引くたびに掛け合いや心理戦が生まれ、ババを引いてしまった瞬間には大爆笑が起こるなど、終始笑い声の絶えない時間となりました。参加された皆さまからは「またやろうね」という声が聞かれ、笑顔あふれるひとときとなりました。

イー・ケア座間

お楽しみのおやつ😊



この日のおやつはあんぱんでした。「甘くて美味しいね」と嬉しそうな声が上がり、皆さんあっという間に完食されていました。写真はその時のご様子です。おやつを頬張りながら見せてくださった、満面の笑みがとても印象的でした。短い時間でしたが、美味しいおやつで笑顔になる、なごやかなひとときとなりました。

お誕生日のお祝い🎉

お誕生日をお祝いしました。当日はケーキを用意して、みんなでお祝い！誕生日という特別な日を皆様と一緒に過ごしました。スタッフからは「おめでとうございます。これからも元気にお過ごしくださいね」とメッセージも。プレゼントを手に嬉しそうな顔が印象的です。皆様が毎日を元気に、笑顔で過ごせるようなサポートを続けてまいります。



テレビ体操📺

日々のいきいきとしたご様子の1コマ。施設では、ご利用者の皆様がテレビの体操番組に合わせて、熱心に身体を動かされていました。テレビ画面を見つめながら、一挙手一投足に合わせて腕を伸ばしたり身体をほぐしたりと、皆様とてもお元気に取り組まれています。今後も、ご利用者の皆様が毎日を健康で笑顔で過ごせるよう、日々の活動を大切にサポートしてまいります。



今月のテーマは…

熱中症対策

令和6年（2024年）4月から熱中症特別警戒アラートの運用が始まりました。

熱中症警戒アラートは、危険な暑さが予想される場合に、暑さへの「気付き」を促し熱中症への警戒を呼びかけるものです。熱中症の危険性が極めて高くなると予想される日の前日17時頃又は当日朝5時頃に発表されます。令和6年（2024年）からは、熱中症警戒アラートの一段上の熱中症特別警戒アラートが運用され、前日14時頃に発表されます。熱中症に関する情報は、ニュースや天気予報、環境省サイトなどで確認し、適切な熱中症予防行動をとりましょう。

熱中症警戒アラートや熱中症特別警戒アラート発表時にとりたい、熱中症の予防行動

涼しい環境で過ごすようにしましょう

熱中症の予防には、暑さを避けることが最も重要です。涼しい環境で過ごすようにしましょう。室内ではエアコンなどを適切に使用して部屋の温度を調整しましょう。エアコンを利用する際は、扇風機やサーキュレーターを併用して室内の空気を循環させると、冷房効率が高まりやすくなります。また、フィルターが目詰まりしているエアコンでは冷房の効果が下がり、無駄な電気を使うことがあるので暑くなる季節に入る前にはエアコンの試運転を行いましょう。月に1回か2回、エアコンのフィルター掃除をすると、冷房効率が良くなり、電気代の節約にもなります。

高齢者など熱中症のリスクが高いかたに声かけをしましょう

高齢者、こども、持病のあるかた、体に障害のあるかた、肥満のかたは熱中症になりやすいです。これらの熱中症のリスクが高いかたには、夜間を含むエアコンを適切に使用することやこまめな水分・塩分の補給などを行うよう、身近なかたから声をかけましょう。

特に注意して欲しいのが、屋内にいる高齢者です。高齢者は、暑さを感じにくい上に発汗や体温調節機能などが低下し、暑さに対する抵抗力が低下しています。

熱中症警戒アラートや熱中症特別警戒アラートが発表されるほどの暑い日はふだん以上に、昼夜を問わずエアコンを適切に使用して、こまめに水分・塩分の補給をするよう、周囲から声をかけていきましょう。

ふだん以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう

こまめに水分・塩分の補給をする、涼しい服装にするとといった熱中症を予防するための行動を実践することも大切です。

暑い日には、じわじわと汗をかいていきますので、

運動をしていなくても、こまめに水分を補給しましょう。

また、水分補給はのどが渇く前から行いましょう。

目安は1日当たり1.2リットルです。

汗をかくと塩分も失われるため、スポーツドリンクや

塩あめなどで、水分と併せて塩分も補給しましょう。



熱中症特別警戒アラート発表時の行動

令和6年（2024年）から、熱中症警戒アラートの一段上の熱中症特別警戒アラートが運用されています。熱中症特別警戒アラートが発表される場合は、過去に例のない危険な暑さが予測され、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあります。また、危険な暑さから避けるための場所として、市区町村長は「クーリングシェルター」を指定できることになりました。クーリングシェルターは熱中症特別警戒アラートが発表されている期間中、一般に開放されます。指定した施設や開放日等は市区町村が公表しています。

熱中症特別警戒アラートが発表されるときには、熱中症予防行動を徹底して行うことが何より重要です。日頃から心がけている熱中症予防行動のみでは不十分な可能性があるため、今一度気を引き締めて、準備や対応をすることが必要です。

見守りや声かけを積極的に行いましょう

熱中症予防行動を徹底するとともに、家族や周囲の人々による見守りや声かけを積極的に行いましょう。



住宅型有料老人ホーム

フローレンス南箱根

静岡県田方郡函南町
平井1690-37
TEL:055-974-1323



りなの森

静岡県沼津市
大諏訪234
TEL:055-952-7770



フローレンス新富士

静岡県富士市
宮島993-1
TEL:0545-64-2827



フローレンス富士の郷

静岡県富士宮市
万野原新田4068-9
TEL:0544-58-9605



フローレンス川島田

静岡県御殿場市
川島田796-1
TEL:0550-84-7099



デイサービス

わくわくデイサービス富士宮

静岡県富士宮市ひばりが丘884
TEL:0544-66-9170



デイサービス イー・ケア中里

静岡県富士市中里172-7
TEL:0545-32-6653



グループホーム

イー・ケア中里

静岡県富士市中里172-7
TEL:0545-32-6654



イー・ケア座間

神奈川県座間市栗原中央3-10-1
TEL:046-257-1226



訪問介護事業所

[函南町]

ポプラ訪問介護ステーション南箱根
TEL:055-974-1323

[沼津市]

ポプラ訪問介護ステーション沼津
TEL:055-924-3871

[富士宮市]

ポプラ訪問介護ステーション富士宮
TEL:0544-66-9170

[御殿場市]

きらら訪問介護ステーション
TEL:0550-88-8611

[富士市]

わくわく訪問介護ステーション富士
TEL:0545-30-7158

居宅介護支援事業所

[沼津市]

あおい居宅介護支援事業所
TEL:055-924-3871

[富士市]

あおい居宅介護支援事業所富士
TEL:0545-30-7158

株式会社イー・ケア

〒410-0055

静岡県沼津市高島本町16-16 高島本町ビル2階

TEL:055-924-5218 FAX:055-926-6730

URL:<https://www.e-care.co.jp/>

入居相談・施設見学予約受付中！

0120-968-758

HPからも資料請求ができます。
お気軽にお問合せください。

