



とすこい！なごみ相撲大会開催！

当施設では恒例行事となっている、職員による「相撲大会」を5月7日（月）に開催しました！

実際の相撲さながらのハッケヨイ！という掛け声を放つ行司や、大きく四股を踏む力士が登場し、いざ尋常に勝負！

なかなか勝負のつかない接戦があれば、意外な人物が大勝利を収めたりと非常に予測の付きにくい試合となり、入所者様や周りで見ている職員も歓声を上げて会場は大盛り上がり！優勝者はやはり圧巻の迫力がありましたね。

毎年大盛況の相撲大会、来年もお楽しみに！

★6月28日には、運動会を実施予定です。



コラムランダム ～介護部～

だんだんと暑くなってきましたね。これからの時期、特に注意してもらいたいこと…それは、熱中症です。熱中症は室内にいれば大丈夫と思っている方もいるかもしれませんが、ところが外の気温が上がり、陽に照らされた室内では温度も上昇しますので、室温調整も予防対策です。そしてもう一つ大事なことは！！水分補給です。1日1,000ml～1,500mlを目安に、こまめな水分補給をし、予防に努めてください。もちろん、普段の規則正しい生活や健康管理も忘れずに！！これからジメジメとした梅雨がやってきますが、元気にいっぱい梅雨を乗り切りましょう！（介護長 大隈）



緑内障を考える日

6月7日は「りよく（6）な（7）い」の語呂合わせにちなみ中途失明の原因が最も多いとされる緑内障について広く考える日になっています。年に一度は検診を受けるよう呼びかけることを目的とされているそうです。緑内障は少しずつ視野が狭くなっていき、失明にいたる恐れもある病気です。

症状の進行が非常に遅く、自覚症状はほとんどありません。予防するには生活習慣を改善し、定期的に検査を受ける事が大切です。

介護老人保健施設



パークサイド
なごみ

医療法人河和会

大阪市東住吉区公園南矢田3-19-12
tel 06-6606-2211
http://psnagomi.com