

つつじ

No.491

2020年
夏号(8月)

社団法人アゼリヤ
養護老人ホーム
美山苑

E-mail
miyamaen@azeriya
.or.jp
URL
http://www.azeriya.
or.jp/miyama/

私の

趣味

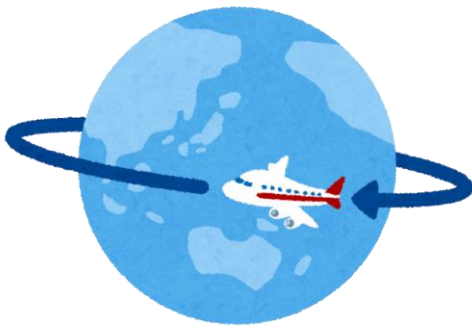
清流荘の秋山正二さんにお話をお聞きしました。

趣味は旅行と即答です。よく夜行バスに乗ってあちこち行った、北は青森の弘前、南は福岡まで。旅の目的はローカル線に乗ること。
一番良かったローカル線は、高知県の土讃本線と御免奈半線、車窓から見える景色が良かったと

ことです。出かける季節は春か夏から秋にかけて、雪が降る冬は避けたとのこと。泊る所は特に決めず、現地で旅館の看板を見掛けたら泊った、変は旅館はなかったとのこと。現地のお食べ物にはあまり興味がないとのこと。奥様も一緒ですかとお聞きしたら、奥様は家に残して一人でかけた、一人で行くから良いとのこと。
今の楽しみは骨董市に出かけること。買うことより見て歩くことが楽し

みと。世田谷のボロ市と高幡不動の骨董市は毎年欠かさず行っていたが、今年はコロナ騒動で行けないと残念そう。早く行ける日が来ると良いですね。

聞き手 久保田相談員



新入居者の紹介



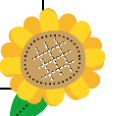
そのだ とくこ
園田 徳子さん

福寿荘2階へ入られました。



うみかい かつお
海貝 勝男さん

福寿荘2階に入られました。



磯沼 いそぬま
イト子さん



福寿荘へ階段入られました。

布施 ふせ
津也子さん



福寿荘へ階段入られました。

落合 おちあい
愛子さん



桜荘へ入られました。

片山 かたやま
信子さん



桜荘入られました。

柳沢 やなぎさわ
ツルさん



桜荘入られました。



徒然 施設長 戸邊清子

この度の『令和2年7月

豪雨災害』に見舞われ被

災された方々に心からお

悔やみとお見舞いを申し

上げます。全国各地で頻

発している自然災害から

の復興が進まぬうちに追

い打ちをかける今回の大

豪雨。大豪雨の原因は、

海水温が上昇し、莫大な

水蒸気を取り込んだ梅雨

前線が停滞しているため

です。地球温暖化による

「気候変動」がこの先心配

です。

レジ袋の有料化は、二

酸化炭素の排出を抑える

一策(プラスチックごみ減

量)と聞きますが、私た

ち一人ひとりにできる小

さな一歩ですね。

ご報告

豪雨災害義捐金

合計・4万567円

東京都社会福祉協議会へ

7月31日送金致しまし

た。

ご芳志、謹んで御礼
申し上げます

物品

府中市 下地清文様

八王子市 西村和雄様

澤田 緑様

渡辺征二様

岩本花店様

また、居宅介護事業所さ

んより衛生用品を頂戴し

ました。



つつじ夏号 (7月)

誕生者紹介

8月生まれの方

11日	中村 勝さん	85歳
15日	鈴木 隆さん	82歳
16日	堀之内勝子さん	83歳
他2名の方が8月に誕生日を迎えられます。		
1日	松永 豊子さん	94歳
12日	松沢 イトさん	85歳
15日	金丸 秀信さん	72歳
21日	伊藤 玲子さん	84歳
23日	岩倉 恭子さん	89歳
26日	三井多枝子さん	71歳
27日	齋藤 勇さん	80歳
28日	大高 ミツさん	90歳

9月生まれの方

30日	磯沼イト子さん	80歳
他1名の方が9月に誕生日を迎えられます。		
2日	高本 佳子さん	79歳
5日	園部 盛夫さん	73歳
13日	増森 伍郎さん	75歳
15日	田村 美代さん	79歳
16日	上村 康重さん	81歳
18日	落合 愛子さん	78歳
22日	吉岡美智子さん	77歳
24日	遠藤 修身さん	85歳
24日	山下 研さん	79歳
他1名の方が10月に誕生日を迎えられます。		

11月生まれの方

6日	鈴木 三喜さん	84歳
8日	松田 昌親さん	81歳
17日	島村 絃之さん	85歳
20日	塩原キヨ子さん	85歳
28日	柳澤 ツルさん	99歳
1日	大島 美夫さん	86歳
11日	山田 周六さん	91歳
17日	石井美代子さん	78歳
19日	園田 徳子さん	86歳
21日	永田 一郎さん	96歳
23日	松代寿二郎さん	79歳
23日	十屋 純さん	86歳
皆さまでおめでとうござります。		

新職員紹介

生活相談員

釘宮 健太

職員



支援員

阿部 美佐

職員



頑張ります。どうぞよろしくお願い致します。

読者投稿



絵: 中村 ハル子さん

脳梗塞☆夏にも「用心

医務室 成田梅子

冬に多いと思われている脳卒中には、血管が詰って起こる脳梗塞と、血管が破れて起こる脳出血とクモ膜下出血があります。このうちデータでは6月～8月に多いのが脳梗塞です。なぜ夏なのでしょう？この時期は湿気や暑さで汗を多くかくと脱水になり易く、血管中の水分不足から「ドロドロ血」で血管が詰りやすくなります。その為、脱水や熱中症から脳梗塞を発症する危険性が高くなるのです。予防するには水分補給が重要になります。

他にも睡眠中や起床後、入浴中などに脱水から脳梗塞を発症しやすくなります。睡眠中も200ml程の汗をかき、起床時はアドレナリン作用で血圧上昇する為、寝る前と起床後にコップ1杯の水を飲むことを習慣にすると良いですね。但し、緑茶やコーヒーはカフェインの利尿作用で水分が排泄されるので、水か麦茶がお勧めです。夜中のトイレを気にして飲む量を減らす方がいらつしやいます。これは大変危険な事です。

また、入浴中はどれくらい汗をかくのでしょうか？なんと800ml程の汗をかくと言われています。入浴中に倒れる方が多いのは、そのせいでもある様です。予防策として入浴の15分～30分前にコップ1杯と入浴後に水分を飲むと良いですね。でも、喉が渴いたからとガブ飲みすると血圧上昇を招くので注意が必要です。



基本的には飲みたくなくても、細目に必要量を飲む事が大切です。

編集後記

新型コロナウイルスの為に、昨年度より感染症対策を継続しています。一旦落ち着きを見せたものの、再度の広がりに入居者の皆様にも外出への制限や手洗い、うがい、マスク等の徹底にご協力を頂いています。職員も持ち込まない努力を行っています。

大きな行事なども多くが中止となっています。四季の行事に関しては、縮小した形ではありますが、楽しんで頂けるよう企画していきます。

皆で協力して、乗り切っていきましょう。

柴田・山本