

2026

エスポだより

7

第334号



もくじ

- P2 入所フロア
- P3 通所フロア
- P4 リハビリ・栄養課 通信
- P5 各部署よりお知らせ

発行 広報・サービス向上委員会



入所フロア

2F

こんにちは。2Fフロアです。よさこいソーラン祭りも終わり、夏がやってきました。

入所者の皆様の居室は暑い日差しが入ってきてカーテンを閉めたり、エアコン等で暑さ対策をしています。

そんな暑さも日に日に増して来る時期ではありますが、体操時間の放送を流すと自然とホールには皆さまが集ってまいります。職員の声掛けで始めると、リズムに合わせてにこやかに体操が始まります。真剣に取り組んでいる姿をご覧ください。



こちらは、ぬりえ等をしながら、入所様どうしの会話も弾んでいます！

「あら、これは季節の花よね？」「あじさいだわ。」



デイケア

こんにちは、デイケアです！

だんだんと気温が上がり、過ごしやすい季節になりましたね♪
デイケアでは天気の良いお散歩日和の日は、レクリエーションの時間にお散歩に行っています☆季節のお花を楽しんだり、畑で野菜の成長を眺めたり、外の空気を吸うだけでも気持ちが良いと皆さん楽しまれていますよ(^_^)お散歩はリハビリにもなるので、皆さんのご参加お待ちしております(^_^)！



散歩

レクリエーション



★ リハビリ科 「夏バテ、脱水症について」

皆様こんにちは。リハビリスタッフです！

気温や湿度が高い日が続き、体調も崩しやすい季節となっていました。
今回は「夏バテ」と「脱水予防」について紹介します。

【夏バテとは？】

暑さによって体力が消耗し、自律神経の働きが乱れることで起こります。
主な症状として

・倦怠感 ・食欲不振 ・疲労感 ・不眠 ・めまい など



【脱水にも注意】

高齢者になると喉の渇きを感じにくくなるため、気づかずに脱水していることが多いです。

こんな症状は要注意！

・頭痛 ・めまい ・足つりやすい ・ぼーっとする

【予防のポイント】

○こまめに水分補給をする

○1日3食の食事をしっかり食べる

○適度なリハビリ、体操の機会をつくる

○十分な睡眠の確保

○冷房を適切に活用する

今年の夏も体調管理に気を付けながら元気に過ごしましょう！



栄養科 ★

6月19日のお食



今月の行事食は、

かつ丼

菜の花の酢味噌和え

果物

牛乳



でした♪



～各部署よりお知らせ～

入所

★ 7月の理美容

7月8日(水)

7月29日(水)

※予約制のため、ご希望の方は
職員までお申しつけください。

通所 7月行事

★ 予防・介護フロア

・BBQ
28・29・30日

★ Free Wi-Fi 利用できます！

詳細(パスワード等)は、館内の各階に掲示しておりますので、ご活用下さいませ。

ご不明点がございましたら、職員までお申しつけください。



★ 館内での撮影について

利用者様と職員のプライバシー及び個人情報保護の観点から、施設内での無許可による撮影、また、SNSへの投稿は禁止しております。

撮影をご希望の方は、お手数ですが職員へお声掛け頂きますようお願い申し上げます。



アクセス



●お車でお越しの場合
輪厚インター（ETC専用）より1分

●バスでお越しの場合
《中央バス》
地下鉄福住駅より輪厚ゴルフ場経由、
北広島駅行にて40分
北広島駅より輪厚ゴルフ場経由、地下
鉄福住駅行にて15分
《無料シャトルバス》
北広島駅から月曜～土曜まで運行中！
※祝日、12/30～1/3、8/15は運休

時刻表はこちら 



面会・外出の時間

●面会

- ・9時～17時（18時まで差入れ、洗濯物は対応可能です）
- ・人数や年齢制限はありません。
- ・受付にて面会カードのご記入をお願いします。

※感染症発生時等、ご面会禁止の際はホームページにて最新情報を掲載しておりますので、ご確認下さいませ。

●外出・外泊

- ・出入りは9時～18時でお願い致します。

※事前に医師の許可が必要です。日にちが決まり次第、職員にお申しつけ下さい。

※基本的にはご家族様送迎となりますが、車いすの方等はご相談ください。

医療法人社団 翔仁会

●輪厚三愛病院

TEL(011)377-3911 FAX(011)376-3526

●介護老人保健施設 エスパワー北広島

TEL(011)376-3911 FAX(011)377-5621

●訪問看護ステーションリエゾン

TEL(011)376-0505 FAX(011)376-0521

●居宅支援相談センターきぼう

TEL(011)376-3911 FAX(011)377-5621

●北広島市にし高齢者支援センター

TEL(011)370-3922 FAX(011)370-3933

●グループホーム雪ぼうし

TEL(011)377-3914 FAX(011)377-3934

●介護付有料老人ホーム悠々

TEL(011)377-1101 FAX(011)377-1501

▼翔仁会のHPはこちら▼

