

## 医務室だより

今年は例年になく酷暑で、熱中症に気を遣われた方も多いと思います。  
朝夕少しずつ秋めいて参りましたが、まだまだ残暑が厳しいと思いますので、  
体調には引き続き十分に気をつけて下さいね。

ところで、高齢者の方の足がむくむことがよくありますね。  
むくみとは、体の中の水分が余り、細胞の中に溜まった状態です。  
水分は正常ならば、血液やリンパ液で栄養や酸素を運んだ後、老廃物を集めながら  
心臓へと戻って行きます。

実は足の筋肉は水分を戻すポンプの役割をしています。

高齢になり、運動不足になると、ポンプの力も弱まり、水分が足に溜まり  
むくみとなるわけです。  
心臓や腎臓などの病気でもむくみは現れますので、治療を優先して下さいね。

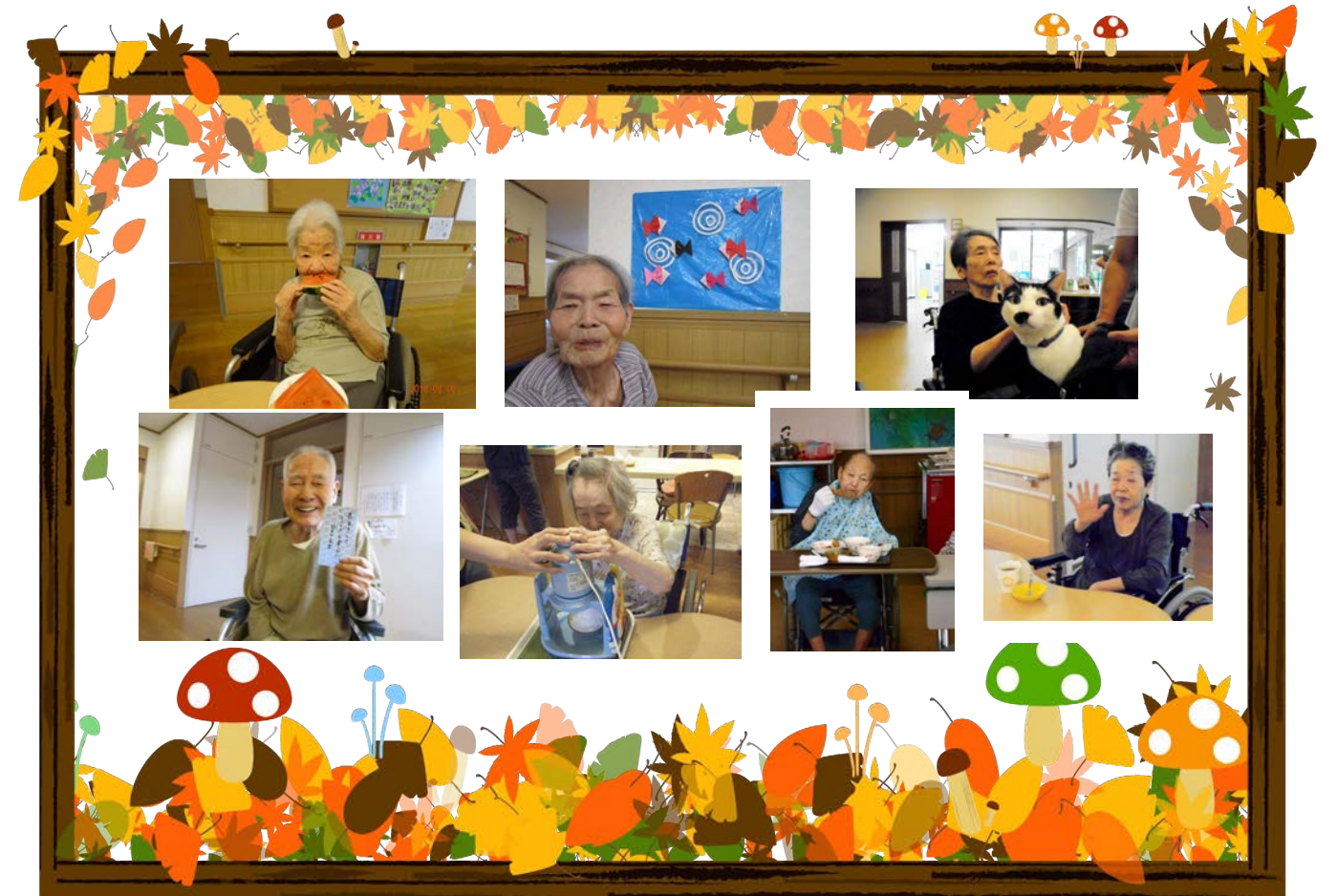
足の運動をしっかり行い、筋力、ポンプ力を高めてむくみ対策を  
してみてもいかがでしょうか。



看護統括 橋本孝子

# いずみのもり

平成30年 9月号



ボランティアで来られた方々です  
いつもご協力ありがとうございます！

アニマルセラピー 豊富中学校



泉の杜祭り開催日  
平成30年10月27日  
バザーとゲームの景品を募集して  
おります。  
ご自宅で使用されていない物等  
御座いましたら、寄贈して頂きたい  
と思います。  
ご協力の程宜しく申し上げます。



今年で泉の杜は15周年を迎える事ができました。  
1日でも多く入居者様との時間を大切にしていき  
今後も携わってまいります

編集担当 2AB 中村祥一 2CD 平岡絵美



社会福祉法人 再命会  
電話(代表)079-264-8170  
FAX 079-264-8171  
URL <http://www.izuminomori.com>  
メールアドレス [info@izuminomori.com](mailto:info@izuminomori.com)

暦の上では秋になりましたが、まだまだ日差しや天候は、夏の陽気のままですね。  
暑さ寒さも彼岸までとはよく耳にしますが、本当に足音を忍ばせてでもやって来てく  
れるのか、不思議なほどの暑さです。  
秋は、過ごしやすいくなり、食欲の秋を始め、地域の秋祭り等楽しい行事が  
目白押しです。  
私達も残暑に負けず、体調管理をして秋を楽しみたいと思います。  
今回の9月号の新聞では、夏の思い出を共に振り返る内容となっています。

広報委員会



# ユニットだより



## 七夕祭り



## カキ氷



甘〜い!

暑い時期、だから美味しいね!



## デイサービスだより

恒例の夏祭りを今年も開催いたしました



真剣!!

笑顔が素敵!!

