

～あたたかい生活 ころろつながるホーム～

介護付有料老人ホーム **桂の樹** (かつらのき)



6月のイベントは、組合員にご協力いただきアコーディオンとフルートの演奏・腹話術・南京玉すだれと、色々な一芸・特技を披露して頂きました。みんなで合唱したり、フルートのきれいな音色に聞き入ったりと、笑顔もあふれとても楽しい一日を過ごすことができました。「また来てほしい…」と、次回を待ち望む声もあがりました。



7月は芋茶金作りやピンポン玉送りゲーム、また、季節に合わせた七夕のイベントなど、みなさんに喜んで頂ける企画を予定しています。
日増しに気温も上がり厳しい暑さになってきたので、健康面・体調面に配慮して元気に生活して頂けるよう心掛けていきたいと思っております。

〈お問い合わせ〉 桂の樹(かつらのき) ☎04-2923-3695

<http://tokoshin.mcp-saitamawest.jp/katsuranoki/>



～サマー増資にご協力をお願い致します～

日頃より所沢診療所のご利用・ご協力ありがとうございます。
これからも、誰もが住み慣れたまちに暮らし続けることができるように、組合員・地域の要望に応え、皆さまの【安心】【健康】に貢献していきたいと思っております。みなさまからお預かりします出資金は、医療機器の購入や新規事業などに役立っています。



虹の箱・利用者さんより

今月の投書はありませんでした。利用しやすく、より良い診療所づくりの為に皆様のご意見、ご要望をお待ちしています。 事業所利用委員会 坪井 恵美

7月のスケジュール

7日(木)	Bブロック社長会議	10:00～
11日(月)	事業所利用委員会	13:30～
11日(月)～16日(土)	外来待合室アンケート実施	9:30～
20日(水)	地区運営会議	9:00～
22日(金)	Bブロック支部長会議	9:30～
26日(火)	Bブロック保健長会議	10:00～
28日(木)	建設委員会	9:30～

※会場：所沢診療所

ウォーキングに参加してみませんか!

楽しみながら健康づくりに取り組もうと、多くの支部で企画・実施しているウォーキング。
数回に分けて歩くシリーズ企画や・自然観賞・美味しいものめぐりや名所めぐりなど、コースも近隣から遠方まで様々です。
「一人ではなかなか行く機会がないから…」『友人を誘って行きたいけど…』とお思いの方、是非ご参加下さい。

7月のウォーキング予定

三ヶ島支部 7/9(土)

糎谷八幡湿地～ヘイケボタル観覧

山口荒幡支部 7/19(火)

トトロのふるさとめぐりシリーズ vol. 3
～狭山観音 33 霊場めぐり

飯能日高支部 7/20(水)

吾妻峡(あづまきょう)方面



参加希望・お問い合わせは
所沢診療所 04-2924-0121 担当：清水まで

支部のとりくみ紹介 vol.17

所沢第二支部『いこいの会』

開催日 毎月第4金曜日 13:30～

会場 所沢診療所3F多目的室
(所沢市宮本町2-23-34)

※会場を変更する時もあります。

参加費 無料

内容 健康で元気に安心して暮らしていこう。組合員や地域の方が集まれるサロンです。みんなで体操したり、お茶しながら和気あいあいと楽しいおしゃべりをしています。



お気軽にご参加ください。

参加希望・お問い合わせは
所沢診療所
04-2924-0121 担当：清水



～平和を願い…折鶴を広島へ～



8月4日から6日まで、「原水爆禁止2016年世界大会 広島」が開催されます。所沢診療所からも、職員・組合員の代表参加を予定しています。今、世界に誇る平和憲法が脅かされ戦争の出来る国へと変貌しようとしています。平和への願いを込めて折り鶴を広島に届けたいと思います。

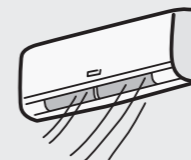
診療所1F待合室に、折り紙と折り鶴を入れる回収箱を設置します。たくさんの折り鶴を持っていけるようご協力をお願いします。



こんにちは!! ケアセンターとこしんです。

梅雨の蒸し暑い季節になりました。

熱中症は、真夏の気温が高い時期(8月の日中や熱帯夜が続く時)はもちろん梅雨の晴れ間や梅雨明けの急に暑くなった日にも起こりやすくなっています。また、気温がそれほど高なくても湿度が高いと、お部屋の中でも熱中症になる危険があります。
室温は27～28度、湿度は50～60%が良いと言われています。エアコンや扇風機を上手に利用して、熱中症を予防しましょう。



…ワンポイントアドバイス…

水分と塩分が失われた脱水状態になっている時に、水やお茶・ジュースなどを飲むと体液が薄まり、脱水状態はうまく改善されません。市販されている経口補水液やスポーツドリンク、また、水…1L 塩…3g 砂糖…40gをかき混ぜた飲み物を飲むと体に必要な塩分・糖분을効率よく補給する事ができます。



ケアセンターとこしんホームページ <http://nishikaigo.mcp-saitamawest.jp/tokoshin/>

★介護全般のご相談は **ケアセンターとこしん TEL.04-2924-1119** までお気軽にどうぞ