

職場内研修

白光園では、処遇向上や研鑽のため定期的に職場内研修を行っています。

五月は「長井警察署交通課真木佳代子様」に来園いただき交通安全についての講話をいただきました。平成二十年六月から後部座席シートベルト着用が義務化されたこと、二十一年六月から酒気帯び運転など悪質違反の行政処分が強化されたこと、特に右折時の注意確認を怠らな



真木佳代子様

いこと、黄信号は止まれが原則であること、運転中は運転に集中し安全確認をすることなどDVDを視聴しながらわかりやすく説明していただきました。また普通の暮らしをしてる普通の人が、人を死亡させてしまふことが交通事故である。決して他人事でないということを強調されていきました。

万一、事故に遭遇した場合は、①怪我の確認をする②状況により救急車を呼ぶ③警察に事故を報告することをしてほしい。大丈夫といわれてもそのまま受け取らないという事でした。

デイサービスセンターとショートステイでは、ご利用者様を自宅に送迎しています。研修を受けて、更に周囲の状況把握をしながら安全運転に努めていかなければならないことを痛感しました。

今後は接遇研修や、感染症予防、救急救命講習などを予定しています。日々業務をする上で研修内容を真摯に受け止めながらご利用者様により良い快適な処遇ができるように努めていきたいと思います。

水分補給について

夏といえば、心配になるのが、脱水や熱中症です。適切な水分補給で、暑さに負けない体づくりで予防に心がけたいものです。

日ごろから、水分を多めに取ることで、暑さによるストレスに強くなります。この時期は普段より二杯分多く摂るとよいでしょう。

水分を摂るタイミングとしては、運動の前中後、入浴前後、就寝前、起床時が良いでしょう。一度にたくさん飲むと吸収が悪くなり胃にもたれます。一回に200ml以下として、時間をかけて飲むと良いでしょう。

飲み物の種類は何でもよいのですが、お金のかからない水道水が一番良いと思います。コーヒーやお酒には利尿作用があるのでこれらを飲むときは、いつもより多めに水分摂取に心がけてください。

運動の後など大量に汗をかいた時は、糖分とミネラル分を含んだスポーツドリンクをお勧めします。

スポーツドリンクは、自分の好みに薄めて加減しても良いでしょう。上手に水分補給をして、暑い夏を乗り切りましょう。



口腔ケア



口腔内をきれいに保つ清掃の仕方や、食べ物や飲み物を含んだりする働きを良くする為のリハビリを、月一回歯科衛生士の方に来園頂き、口腔ケアの指導を頂いております。看護師・介護員が連携を図りながら日頃のケアを行います。



編集後記

七月中旬から記録的な豪雨が続きました。被害を受けた方々は、心よりお見舞い申し上げます。今号から広報委員が変わりました。紙面を工夫しながら、利用者の溢れんばかりの笑顔をお届けできるように精いっぱい頑張っていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。

広報委員一同