

過ごしやすい春はあっという間に過ぎ、これから梅雨の時期を迎えます。気温の上昇とともに食中毒や熱中症への注意が必要となりますので予防のポイントを一緒に確認したいと思います。

食中毒予防のポイント

- ① 食品の購入・・・表示のある食品は消費期限等を確認。購入した食品は肉汁や魚等の水分が漏れないようにビニール袋等にそれぞれ分けて包み、できれば保冷剤（氷）等と一緒に持ち帰りましょう。
- ② 食品の保存・・・冷蔵庫や冷凍庫の詰め過ぎに注意して割程度までにしましょう。残った食品はきれいな器具を使って保存、早く冷えるように浅い容器に小分けして保存するのが良いです。冷蔵庫は 10℃以下、冷凍庫は -15℃以下に維持することが目安です。また、時間が経ち過ぎたら思い切って捨てましょう。
- ③ 清潔を保つ・・・しっかりと手洗い、食品だけでなく台所や食器類をきれいに保つようにしましょう。



熱中症予防のポイント

- ① エアコンを上手に使う・・・熱中症は室内や夜間でも多く発生します。電気代はかかってしまいましたが室温、湿度を確認しながら、暑さを我慢せずエアコンや扇風機を活用しましょう。
また、窓とドアなど 2 か所を開放すると空気の流れがスムーズに行われます。
- ② 水分補給・・・喉が渇く前に水分補給。一日あたり 1.2 ㍓を目安に水分を摂取しましょう。「一日コップ約 6 杯分」「一時間ごとにコップ 1 杯」など自分の取り組み方を決めるのも良いです。
(疾患により水分・塩分制限のある方は主治医に相談しましょう。)
- ③ 健康管理・・・日頃から体温測定など健康チェックを習慣化しましょう。食事、睡眠、運動がとれているか生活習慣を確認しましょう。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養しましょう。



処遇改善加算の算定内容変更

先にご連絡しましたとおり、令和 8 年 6 月より当事業所では処遇改善加算の新たな区分を算定させて頂くこととなりました。職員の処遇改善や生産性向上に取り組みサービス内容の充実と向上を目指したいと考えておりますので、ご理解ご協力を賜いますようお願い申し上げます。

抱え上げない介護に関する研修会

和松会アドバイザー村岡健史さん(常葉大学講師)の「ノーマリトケアの概念と腰痛予防について」研修会が清松園にて行われ、デイサービス職員も参加しました。職員の身体的な負担を減らすというだけでなく、利用者本人の持てる力を発揮してもらうという視点を理解しこれからの支援に活かしていきたいと思っております。

