オ・サーバ刊

令和７年度第４号
７月
発行人：村岡

猛暑の始まり

７月に入り、“熱中症アラート”という言葉が世間を賑わせています。ちょうどオサーバ刊を作っている時期に山口市が全国で最高温度を記録した。とニュースで見ました。これからも体を労りながらお過ごしください。

【行事報告】ハンドマッサージなど

今月は、ボランティアによるハンドマッサージとお化粧体験を実施しました。皆様リラックスされ、「気持ちよかった」と笑顔が見られました。

７月７日の七夕祭では、朗読や童謡に加え、手品やダンスも披露され、賑やかなひとときとなりました。短冊には「健康で過ごせますように」などの願いが書かれ、笹を彩りました。

発行：社会福祉法人　ひとつの会　オ・サーバ aioi

【コラム】今の暑さは昔とは違います

高齢者の方はエアコンの使用を避けることが多い印象です。中にはエアコンの風に当たると「頭が痛くなる」と話される方もいます。また電気代の高騰が家計を圧迫しており、できるだけ冷房を使わずに。といった意識もあるようです。

しかし、今の暑さは昔とは違います。2021 年には「熱中症アラート」が発令されています。健康被害で一番防ぎたいのは「熱中症」です。エアコンを上手に活用しましょう。

設定温度は 28℃が推奨されていますが、個々人の体感温度は異なるため、高齢者の体調に合わせて微調整を行うことが重要です。

また、水分補給の習慣をつける事が重要です。常に水筒を持ち歩き、こまめに水分補給を心掛けましょう。食事の際にはスープやみそ汁などの塩分を多く含む食べ物を取り入れることで自然に水分補給を行うことができます。

何とか、皆様が無事に猛暑を乗り切れることを願っております。

【連絡】相談員のバトンタッチ

当ページの上部にもあるように、8/1 を以て、特養・ショートステイ相談員が、

内田（うちだ）　孔明（こうめい）→ 岡村（おかむら）　祥子（しょうこ）

に変わります。

今までたくさんのご愛顧を賜りました。

これからも変わらぬご贔屓（ひいき）のほど宜しくお願い申し上げます。

～職員紹介～

特養、S･S相談員
岡村　祥子

５月から生活相談員として入職いたしました。
お一人お一人の気持ちに寄り添った支援を心掛けて頑張ります。

よろしくお願いします。

【重要】医療保険証の更新

特別養護老人ホームにおいて、医療保険の更新に伴い、ご自宅に到着しているものかと存じます。到着しましたら、お手数ではございますが、オ・サーバ aioi へご持参のほどよろしくお願いいたします。小規模多機能・ショートステイ等、**他のサービス**ご利用の方も、各担当者にご相談ください。

【募集】小鯖の夏祭りをご一緒に。

８月９日(土）より小鯖夏祭りが開催されます。18：30 より 1 時間程度外出を予定しております。ご家族様方におかれましても、参加のご希望があれば、ぜひ参加いただければと存じます。

当日の天候や御本人の体調など、状況にもよります。体調管理に十分ご留意の上ではありますが、スタッフ一同楽しく参加できればと思っております。

当日はよさこいや屋台なども実施を予定しているそうです。

参加希望の方は、オ・サーバ（083-902-1521）までご連絡ください。お待ちしております!

発行：社会福祉法人　ひとつの会　オ・サーバ aioi

小規模多機能型居宅介護
サービス付き高齢者向け住宅

プランターで夏野菜を育てています。
油断して草だけたくさん生えてしまったので、みなさんで草取りをしていただきました。
草を取る勢いとスピードは職員でもかないません。
猛暑日続きでなかなか外に出られませんが、土と草という「本物」に触れていただく機会が大切だと、改めて感じる時間でした。

オンラインリハビリを開始してから1年が経ちました。

体操以外にも、個別に運動される方もいらっしゃいます

発行：社会福祉法人　ひとつの会　オ・サーバ aioi

♪特別養護・ショートの様子♪

♪小規模多機能の様子♪

ご家族、ご利用者様に撮影のご協力許可をいただいております。また、集合写真については、一時的にマスクを外しております。

～編集後記～

令和３年に開設したオ・サーバ aioi は、皆様のお陰で４年を迎えました。立ち上げから関わってきた施設を離れるのは名残惜しいですが、８月より法人の事業本部へ異動し、全体を見渡す立場で尽力してまいります。
今後ともオ・サーバ aioi を宜しくお願い致します。（内田）

複合型高齢者福祉施設 オ・サーバ aioi
住所：山口市下小鯖 11331-12
TEL: 083-902-1521(代表)
083-902-1520(小規模・サ高住)
公式 LINE ホームページ

発行：社会福祉法人　ひとつの会　オ・サーバ aioi