

おしらせ

長野県内「医療非常事態宣言」が発出されております。
 外出につきましては**定期の受診のみ**でお願いしております。
面会はリモート面会・窓越し面会のみ対応致します。
 ご希望の方は日時の調整をさせていただきますのでお電話をお願いします。
 その他、何かございましたらまずはお問い合わせ下さい。

サクラポート殖生 ☎ 026-273-6330

殖生の宿かわらばん

七夕会

7月7日に七夕会として特別食を出させていただきました。
 メニューは涼しげに素麺と天ぷら、デザートにはあんみつを添えました。事前に皆様に願い事をしたためていただき、書く事が難しい方は職員が代筆させていただきました。皆様の願い事が叶いますように…☆



Sweet Home

～介護職員より～

今年も暑い日々が続いていますが夏バテしていませんか？「体がだるい」「食欲がない」「疲れやすい」「寝不足」は夏バテの症状です。

夏バテの回復方法は、食事・運動・睡眠バランスを整える事だそうです。夏バテに効く食べ物は、鰻・豚肉・おくら・トマト・きゅうり・梅干し・レモン、食事方法は「食べる量よりも質を重視」「身体を冷やす食材を避け、香辛料を活用して食欲を増進させる」のが良いそうです。

もし夏バテの症状が重い場合や長時間不調が続く場合は、市販のビタミン剤・ドリンク剤等を活用する事も一つの方法だそうです。

残暑も続くと思いますが、もう少し頑張りましょう!!

夏バテ予防



看護メモ

～看護師より～

新型コロナ「第7波」の感染拡大による一日の新規感染者が世界最多とニュースになったのが7月末。長野県では一日の感染者数が2000人を超えてこれまでの最多を更新し、千曲市でも1日に70人から80人が感染して市町村の中でも10番以内に入る日が続きました。

しかし、感染力は強いが比較的軽症が多い、経済活動を考慮する、等の理由から政府は行動を制限せず3年ぶりの行動制限のないお盆が過ぎました。この間、感染者向けの使用可能病床の使用率は60%を超え、医療の逼迫が著しい状況です。

コロナに感染しないことに加えて、持病を悪化させない、転倒・骨折等の事故を防ぐ、そして熱中症にならないことに注意して入居者様の生活を見守って参ります。

入居者様・ご家族様には外出をお控え頂いたり、面会をリモートや窓越しにして頂く等ご不自由をお掛けしておりますが、もうしばらくご理解とご協力を頂けますようお願い申し上げます。



お願いします

