

3月



デイケア  
ふれあい新聞

担当: 原田

だんだん暖かくなりましたが、朝、夕やっぱり冷えますね...  
そして、この時期が始まるのは、**花粉**ですよ!!!



花粉症の特徴としては

くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみなど、花粉症の症状はとてつらく、日常生活に必要な**集中力や判断力を低下**させ、仕事や家事などに大きな影響を及ぼすと言われています。

対策としては 

- ①花粉の飛散の多い時期や時間帯の外出をなるべく控える。
- ②外出した際は、衣服について花粉などを外で払う。
- ③帰宅後は洗顔やうがいを習慣づける。
- ④外出時の服装はできるだけ凹凸のない素材を選ぶ。
- ⑤マスクの着用をする。(鼻を隠すように)
- ⑥洗濯物を取り込む際は一枚ずつ振り払ってからたたみましょう。(この時に叩いてしまうと、繊維に入り込んでしまいます)

対策の③帰宅後は洗顔やうがいを習慣づける。

⑤マスクの着用をする。(鼻を隠すように)

日本、世界を驚愕させる**コロナウイルス**にも効果です。

☆宮崎ではクラスターが多発しております。

利用の際は、マスクの着用にご協力頂きありがとうございます。

そのおかげで、利用者様、スタッフ一同風邪をひくことなく、毎日を皆様と楽しく過ごさせて頂いております。





# 症 例 紹 介

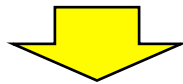


## S様 73歳 女性

現病歴：変形性膝関節症、2型糖尿病

介護度：要介護1

- ・令和2年3月より週3回デイケアを利用されてます。
- ・主訴としては肩の痛みの訴えがあり屋外は歩行器を利用されておりました。



項目	利用開始時(R2年3月)	現在(R3年2月)
体力点	57	60
筋肉量	52	57
足の力	32	48
10m歩行	20秒	17秒



## 要介護1 から 要支援2へ介護度改善

- ・身体状態の向上により、移動方法が歩行器から独歩へと改善されました。
- ・肩の痛みもありましたが、温熱療法にて軽減されてます。

デイケア  
ふれあい  
空き状況

	月	火	水	木	金	土
AM	○	○	○	○	○	○
PM	△	◎	◎	◎	△	休

○ 空きあり  
△ 要相談  
× 定員超え