

平成 28 年 12 月 9 日

発行元 社会福祉法人博愛会 ルーエハイム

電話番号 372-3811 (代表)

12月に入り寒さも一段と増してきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。今年はインフルエンザの流行が例年より早いとのニュースも聞かれます。手洗い、うがい、人混み行く時はマスクを着用するなどして注意していきましょう。

今年も一年ルーエハイム通信をお読みいただき、ありがとうございました。皆様が健康で良い新年を迎えられますよう職員一同、心よりお祈り申し上げます。



☆☆低温やけどに注意しましょう！☆☆

寒くなるこの時期、カイロや湯たんぽ、ストーブに電気毛布・あんかななどで寒さ対策をしている方も多いのではないのでしょうか。例年12月から翌2月にかけてはこれらの暖房器具の使用によってやけどを負う事故が多発する時期と言われています。



・高齢者の低温やけどが起こる理由

高齢になると皮膚にある神経細胞の数が減るため、皮膚感覚が低下して温度や圧力、痛みに対する感覚が低下してしまいます。低温やけどは熱いと感じないまま熱源に長時間接してしまい起こります。また、長時間接していたため、皮膚の表面はそれ程ひどくやけどをしたようには見えなくても、奥の方まで皮膚が損傷してしまい、治りにくい場合もあります。



・注意点と対処法

①長時間同じ場所を温めない。

44℃では3～4時間、46℃では30分～1時間、50℃では2～3分で皮膚が損傷を受けると言われています。長時間同じ場所を温めない様にしましょう。

②就寝中は高温で使用しない。

湯たんぽやあんかは布団が温まったら出す、または厚手の布やタオルなどでくるんで、肌に直接触れないようする。寝るときにカイロを使わない、電気毛布などは高温で使用しない事も大切です。

③痛みや違和感がある場合は医療機関を受診する。

低温やけどは高温でのやけどと違い、水で冷やしても効果がなく、見た目より重症の場合があります。重症化してしまうと皮膚移植が必要になったり、感染症にもかかりやすくなってしまいますので注意が必要です。痛みや違和感がある場合はそのままにしておかず、医療機関へ受診するようにしましょう。



平成 28 年度 1 月の介護予防教室のお知らせ

ルーエハイムでは、地域の「いきいき介護予防事業」として、太極拳教室、調理や講話など管理栄養士による栄養教室、転倒予防体操教室などを開催しております。興味・関心ある内容の教室だけでもご参加頂けますので、お気軽にお問い合わせください。男性の方も是非ご参加ください！！お待ちしております。

☆ **開催日**：平成28年 1月 6日(金) 太極拳
13日(金) 体操
20日(金) 栄養教室



☆ **時間**：午後 1時30分 ~ 2時30分

☆ **場所**：ルーエハイム 2階 相談室

☆ **参加費**：無料

☆ **対象者**：概ね 65 歳以上の方、介護予防に関心のある方



※ ルーエハイムより各地域への送迎も行っております。ご希望の方はお申し出ください。自家用車でお越しの方は駐車場もございます。

お申し込み、お問い合わせ先 ※ お電話にてお申し込みください
住所：鈴鹿市長法寺町763番地 特別養護老人ホーム ルーエハイム
☎ 059-372-3811 担当 安田・浅岡・大西

☆在宅介護支援センターでは、高齢者・在宅で介護の必要な方への相談援助を行っております。



内容により、市役所・地域包括支援センターなど必要な各連携機関へのご紹介をさせていただきます。ご自宅へ訪問しご相談をうかがうこともできます。料金はかかりません。お困り事、相談事がありましたらお気軽にお電話ください。

在宅介護支援センター ルーエハイム 担当 安田・浅岡・大西
鈴鹿市長法寺町字権現763番地 電話番号 059-372-3811
来所・訪問相談 平日8:45~17:30 電話相談 24時間受け付けております