



ふれあいの森 介護ショップ

平成30年8月

【営業時間】 9:00~18:00
【定休日】 日/祝祭日
【電話番号】 0224-61-0721

残暑見舞い申し上げます。立秋とは名のみで、相変わらず暑さが続いておりますが皆様はいかがお過ごしでしょうか？

今年は室内でも熱中症で体調を崩す方が多く、大変な夏でした。これからも暑さはまだまだ続きそうですので、水分補給をこまめに行いながらくれぐれもお気をつけてお過ごし下さい。



敬老の日キャンペーン

キャンペーン中1割~4割引き！(一部商品)

キャンペーン期間 9月1日(土) ~ 9月15日(土)



●折りたたみ杖・伸縮杖

- ・折りたたみ杖 携帯に便利です。
- ・伸縮杖 身長に合わせて伸縮が可能です。



●パジャマ

肌触りのよい素材です。



●軽い介護シューズ

脱ぎ履きがラクでつまづきにくいです。



●シルバーカー・車椅子

屋外、屋内どちらでも安心して移動できます。



●車いす用クッション

座る姿勢を保持したり。長時間でも楽に座れるクッションもご用意しております。



●くつ下

履き口が緩く、むくみがある方も楽に履くことができます。



他の介護用品もキャンペーン対象商品となっております。
心を込めたラッピング・ご自宅までお届けも致します。
スタッフ一同心からご来店お待ちしております。



今年も暑い夏、熱中症にご注意を!!

梅雨が明けると本格的な夏がやってきます。気温の高い日が続くこれからの季節に気を付けたいのが熱中症です。特に高齢者は体温調節機能の衰えにより暑さを自覚しにくく、汗もかきにくいので体に熱がたまってしまい、熱中症になりやすいので注意が必要です。

熱中症を防ぐポイント!

こまめに水分補給をする。

高齢者は、のどの渇きに対する感覚が鈍くなります。のどの渇きを感じなくても早めに水分補給をすることが大切です。また、トイレが近くなることを嫌って水分摂取を控えるのは危険です。

暑さを避ける。

外出する際は、日陰を選んで歩いたり、帽子や日傘などを使用し、できるだけ直射日光に当たらないようにしましょう。吸汗・速乾素材の服を着用するのも効果的です。

室温をこまめにチェック。

熱中症は室内や夜間でも発生しています。エアコンや扇風機などを活用し、室温が上がりすぎないようにしましょう。

十分な休養、バランスの良い食事。

日頃から十分な休養とバランスの良い食事を取り、体力や抵抗力を高めることも大切です。



夏バテ
予防



経口補水液 OS-1
¥205 (税込)



水分補給ゼリー
¥130 (税込)

香り梅そば



そばに豊富なルチンは抗酸化作用が強く、血管を丈夫にして血圧を下げる働きがあります。とろろ昆布やオクラも食物繊維が豊富で、コレステロールの排出を助け、便秘解消に役立ちます。梅干と香りのよい薬味をたっぷりのせて食欲増進、夏の暑さをのりきりしましょう。

材料<2人分>

●そば(乾燥)	200g	●みょうが	少々
●オクラ	6本	●とろろ昆布	5g
●大葉	少々	●梅干し	2個
		●そばつゆ	3カップ

- (1) そばはたっぷりのお湯でゆで、冷水で洗います。
- (2) オクラはゆでて小口切りにします。大葉、みょうがは千切りにします。
- (3) (1)と(2)を器に盛り、冷やしたそばつゆをかけ、とろろ昆布と梅干を添えます。

