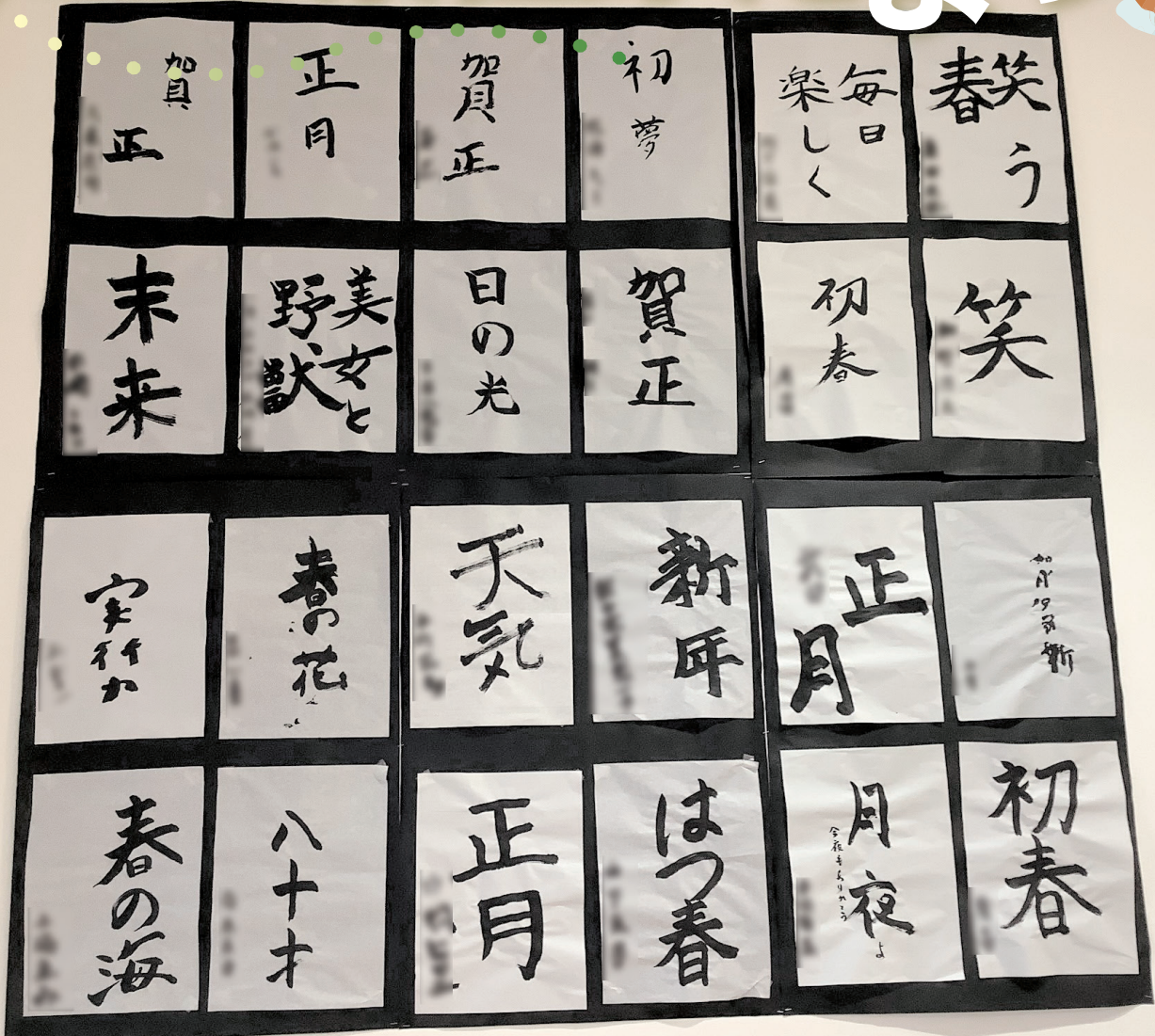


PDリハビリ特化型

リニエ泉佐野だより



1月の初めに皆さんに書初めをしていただきました。最近では筆を使う機会がないので、『久しぶりやなあ〜』『小学校以来や〜。』と言われる方もいらっしゃいました。それでも皆さん一生懸命に取り組んでくれていました。今後も書初めなどのレクリエーションをしていきたいと思ひます。

空き状況

○:空きあり △:応相談 ×:空きなし

月	火	水	木	金
○	○	○	○	○

※入浴は月曜日から木曜日 空きあり

利用をご希望の方がいらっしゃいましたらお気軽にお問ひ合わせください。パーキンソン症状のある方だけでなく、それ以外の方のご相談もお受けしています。



お問ひ合わせは⇒⇒⇒

PDリハビリ特化型

リニエデイサービス泉佐野まで

〒598-0021 泉佐野市日根野5954番地2 1F

<https://linie-group.jp>

tel: 072-468-6560

営業時間 月～金 9:00～18:00

リニエデイサービス泉佐野

検索



ヒートショックに 注意しましょう

冬も本番となり、寒さもいっそう強くなって来ました。この時期、気を付けてほしいのが「ヒートショック」です。

ヒートショックとは？

寒暖差によって血圧が急上、急降下することにより、血質や心臓に大きな負担がかかることを指します。ヒートショックが発生すると、意識喪失や脳梗塞、心筋梗塞などが発生しやすくなります。



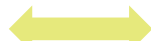
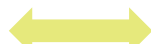
寒暖差のある場所とは？



暖かいところ

居間

屋内



寒いところ

脱衣所、浴室
洗面所、トイレなど

屋外



入浴する際は、特に注意！！

暖房の効いた部屋から、寒い脱衣所、浴室へ行くと血圧が

上がる ↑

浴槽に入ると、急に身体が温まるため、血圧が

下がる ↓

入浴を終え、浴室から寒い脱衣所へ戻ると、また血圧は

上がる ↑

というふうに、**短時間で血圧が上下する**ので「ヒートショック」のリスクが高まります。

入浴時のヒートショック対策

- ①脱衣所や浴室を暖めておく
- ②かけ湯をしてから浴槽に入る
- ③お湯は 41℃以下、お湯につかる時間は 10 分までを目安に
- ④浴槽から立ち上がるときは、つかまって、ゆっくりと



寒暖差対策をして
安全にお風呂を
楽しみましょう！

今後の予定

2/10～2/14 おやつレク

お薬手帳を毎月持ってきて下さい。



Linie

PDリハビリ特化型

リニエ デイサービス 泉佐野