

豊玉だより

6月の
出来事

令和2年 7月 186号

発行：豊玉デイサービスセンター



新しい生活様式における熱中症予防行動について。

まだ6月。気温30度を越える日もあり、豊玉デイのお客様でも暑さに体が追い付いていない方がいらっしゃるようです。テレビ等でも『今年は経験したことのない夏になる』と言われており、三密【密集・密接・密閉】を避けながら行う熱中症対策のポイントを厚生労働省が周知しています。

①暑さを避けましょう

・感染症予防のため、換気扇や窓開放による換気を確保しつつ、エアコンを利用しましょう。

②適宜マスクを外しましょう

・気温や湿度が高い中でのマスク着用は要注意。
・マスクを着用してる時は、負荷のかかる作業や運動は避けましょう。
・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保出来る時には、マスクを外しましょう。

③こまめに水分補給を行いましょう。

・マスクをしていると喉の渇きを感じづらくなりますので要注意。

④日頃から健康管理をしまししょう

・日頃から体温測定、健康チェック!!!
→体調が良い時にも体温測定を継続して実施しておく、異常の早期発見につながりますのでオススメです。

⑤暑さに備えた体作りをしまししょう。

・水分補給を忘れずに行いながら、無理のない範囲で、毎日30分程度適度な運動を行いましょう。

別紙、『熱中症・脱水の予防』についてもご参考になれば幸いです。マスクをしながらの暑い夏を、元気に乗り切るためにぜひ実践してみてください

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため実施を見合わせていた、練馬区令和2年度の健康診査が7月より開始となります。病気の早期発見にもつながりますので、感染予防につとめながら受診をおすすめいたします。結果が出ましたら当事業所にもお持ちください。



豊玉の湯

今月はオレンジ湯と青紫蘇風呂をお楽しみいただきました。



本日の湯は

青紫蘇風呂

【効果・効能】

- ・風邪予防
- ・肩こり
- ・神経痛予防・緩和
- ・腰痛予防・緩和
- ・リラックス
- ・ストレス緩和



7月を迎える準備を
少しづつ……



特別定額給付金の申請はお済ですか？

新型コロナウイルス感染症緊急経済対策として、一人につき10万円の「特別定額給付金」が支給されます。練馬区では、令和2年5月15日（金曜）から順次、申請書を同封した「特別定額給付金のお知らせ」を各家庭に郵送しています。郵送申請の手順は以下の通りです。



出典：練馬区ホームページ
練馬区の申請期限は令和2年8月14日（金曜）まで（当日消印有効）となっていますので、お忘れのないように！

臨時的な介護報酬算定取り扱いについて

要介護1～5の認定をお持ちの方に、上記算定への説明と同意についての書類をお願いさせていただきました。算定開始は7月利用分（8月請求分）からとなります。1か月のご利用回数が、
1～3回のご利用→1回分
4～6回のご利用→2回分
7～9回のご利用→3回分
10回以上のご利用→4回分の臨時報酬算定となります。実際ご利用いただいた回数により算定回数が決まります。お休みがあった場合等は、事前にご担当ケアマネジャー様からご説明があった回数と変更になる場合がございますので、実際の報酬算定回数につきましては、毎月の請求書をご確認ください。ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。ご不明な点がございましたら、生活相談員までお問合せ下さい。