

# デイサービス便り



墨田区社会福祉事業団 <https://sumida-jigyodan.or.jp>



令和7年 8月号

発行日: 令和7年8月1日発行 第256号  
発行元: すみだ福祉保健センターデイサービス

## 園芸活動(田植え、ミニひまわり) はじめました

「こんな感じかな」等と話し合いながら  
稲とミニひまわりを植えました。

皆さん、久しぶりの土の感触を楽しま  
れていました。

植えてから1か月が経ち、これからの  
成長が楽しみです♪



### 熱中症にご注意を！(第2弾)

梅雨が明け、本格的な夏となってきました。全  
国で、熱中症で救急搬送された方も2万人を超え  
ようとしています。そこで、今回は予防対策とし  
て「WBGT 値(暑さ指数)」  
を紹介します。

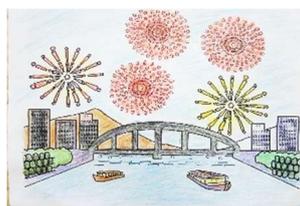
**暑さ指数** WBGT 値をチェックして  
**熱中症予防!**

この値は、気温・湿度・  
日射・気流の要素を考慮して  
算出され、熱中症の危険度を  
表します。最近では、この指  
数を表示する機器もあるので、  
有効に活用して、熱中症を防  
ぎましょう。

気温 35℃以上 WBGT 31℃以上		危険
気温 31~35℃ WBGT 28~31℃		嚴重警戒
気温 28~31℃ WBGT 25~28℃		警戒
気温 24~28℃ WBGT 21~25℃		注意
気温 24℃ WBGT 21℃未満		安全

### 今月のカレンダー

塗り絵には、色や図柄  
を選ぶことによる脳の活  
性化、手指のリハビリ、  
ストレス解消等、様々な  
効果があります。同じ絵  
柄でも、色によって雰  
囲気が変わりますね♪



# 半日デイサービスコース 終了者 インタビュー

約5年前まで半日コースに通っていた方に、リハビリ終了後の生活や、健康維持の秘訣を伺いました！

大野一男 さん

センター半日コース終了後、1日コースのボランティアとして活躍されています。



写真を撮ることが趣味です。生きるには趣味が大切！ 季節の花々などがTVで紹介されると「よし撮りに行こう！」と、気持ちが前向きになります。次は夏の写真を撮りに“海か山”に行きたいと思います！

今でも気温や湿度などにより体調が思わしくない日もあります。めいっはい働くと体調を崩してしまいましたが、無理をせずに気を使い、仕事をして食事をとると体調が安定します。ボランティアとして活動することで体調が良くなり、とてもありがたいです。お陰様で病院の血液データも安定しているんですよ！



【大野さん撮影】



## 高次脳機能障害グループ訓練 ～調理～

今回はコンビニで売っている食材を使い、フルーツとアイスを添えたホットケーキを作りました。

メンバーで協力し合い、もちもちのホットケーキが出来上がりました。



## 介護等体験学生の 受け入れについて



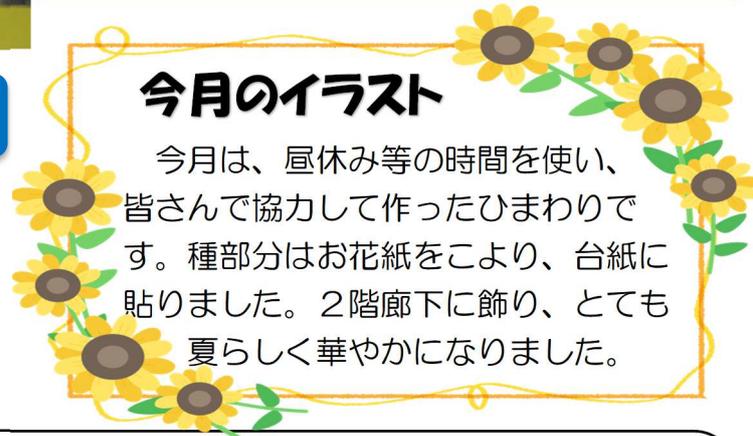
8月から、教員を目指す大学生の介護等体験実習が始まります。来年の1月頃まで、それぞれ1週間の実習を行います。どうぞ、よろしくお願いいたします。

## 高次脳機能障害 家族のつどい

7月19日に今年度第1回目の座談会“家族のつどい”を行い、参加されたご家族の方々同士で語り合う時間となりました。今後も、家族のつどいや当事者のつどいを予定しています。ご興味のある方はぜひお問い合わせください。

## 今月のイラスト

今月は、昼休み等の時間を使い、皆さんで協力して作ったひまわりです。種部分はお花紙をこより、台紙に貼りました。2階廊下に飾り、とても夏らしく華やかになりました。



【編集後記】暑い暑い夏です。皆様、元気にお過ごしでしょうか？最近、ふとした瞬間に自分の子供の頃の思い出が蘇ります。夏休みは真っ黒に日焼けして過ごしていたなとか、涼をとるため西瓜を丸ごと買ってきて冷やして食べていたなとか、クーラーは寝る前の1時間だけで後は扇風機だけで過ごしていたなとか…。懐かしさと共に、最近の雷雨や体調を崩しかねない異常な暑さに危機感も感じます。早く暑さが収まることを願いつつ…。皆様、くれぐれもご自愛ください。（編集委員 YY）