



武蔵野市立高齢者総合センター デイサービスセンター  
公益財団法人 武蔵野市福祉公社  
TEL : 0422-51-2933 (直通) FAX : 0422-51-1982  
URL : www.fukushikosha.jp

## 七夕祭を楽しみましょう！

★7日 火曜日午後 七夕飾り ★

今年の七夕飾りは仙台七夕祭り風です！七夕の由来を知り、語りや劇や歌などを交えて季節を感じ、楽しい時間を過ごしましょう。

利用者の皆様は、今年は短冊にのせてどんな願い事をされますでしょうか。職員も皆さんと一緒に願い事を短冊にのせたいと思います。



### 熱中症の対策をしましょう！

熱中症患者のおよそ半数が高齢者で室内や夜でも多く発生します。

**Q:なぜ高齢者は熱中症にかかりやすいの？**

**A:**体内の水分不足で脱水状態になりやすいです。暑さに対する調整機能の低下もあり、暑さを感じにくくなります。

「体が冷えるのは嫌」「暑くても多少は我慢」とつつい無理をすることがあるからです。

**Q:熱中症を防ぐには？**

**A:**こまめに水分補給をしましょう。日中も夜間もエアコンを活用して下さい。入浴前後に水分をとり、ぬるめの湯にし長湯はしない。涼しい服装で過ごしましょう。これらの対策を取り入れてこの夏を乗り切りましょう！

### 入浴サービスをご利用の方へ

- ・ バスタオル 1枚
- ・ タオル 3枚
- ・ 着替え
- ・ ひげそり（電動ひげそりも可）
- ・ 濡れたものを入れるビニール袋
- ・ 入浴後に軟膏やクリーム等ある方

※シャンプー、石けんはセンターに準備してあります。

※間違いを防ぐためにも持参された物への記名のご協力をお願いします。

必要なものを  
もう一度ご確認ください。

### ❀ 祝日の営業日のお知らせ ❀

7月24日（金）は祝日「スポーツ日」ですが、当デイサービスセンターは開所します。

★通常利用の方は、お休みする場合はお知らせ下さい。

★臨時利用をご希望の方はケアマネージャーに相談して下さい。

★入浴は通常利用の方を優先しますが、空きがある場合検討いたします。ご相談下さい。



8月10日（月）も祝日ですが、開所する予定です。宜しくお願いします！

「ご意見箱」を設置していただきます。センターに対するご意見・感想を。より良いサービスに生かします。

### 苦情・相談窓口

センター長

富田尚美

51-2933