

通所リハだより2月

平成31年 2月 1日
大分豊寿苑 通所リハビリテーション
作成者 藤原・古賀・黒木・村上



初詣



1月20日は護国神社へ初詣に出かけました。天候が心配されましたが無事に晴れ、皆様いろいろなことをお願いされました。
今年も皆様にとって良い一年になりますように。
通所スタッフ一同



リハビリニュース ~冬の天敵、ヒートショック~

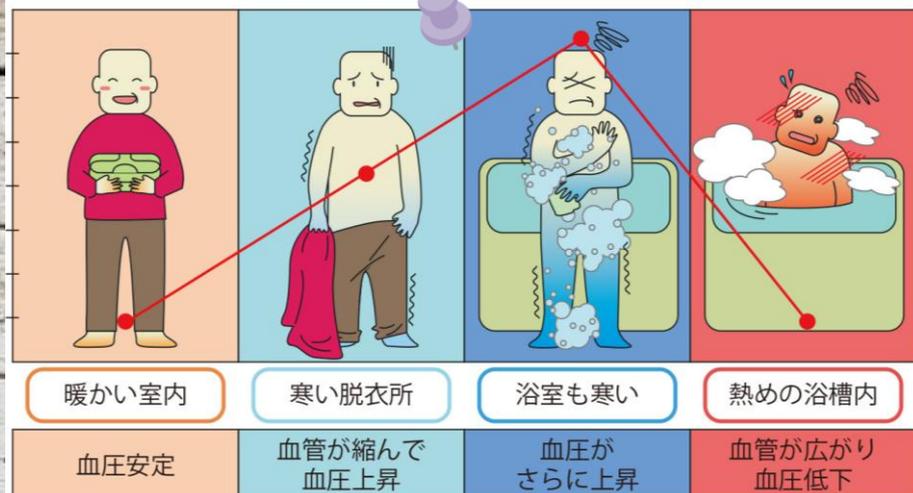
ヒートショックとは

気温の変化によって血圧が上下し、心臓や血管の疾患が起こることをヒートショックといいます。

起こりやすい場所は、冬場の冷え込んだトイレ・洗面室・浴室など、極端な温度差がある場所です。

対策は？

- 脱衣所や浴室は暖かくする。
- 湯温は41℃以下。
- 入浴時は、家族にひと声掛ける。
- 入浴前に血圧を測定する。
- 浴槽から急に立ち上がらない等の事に気を付ける事が大切です。



※赤のグラフは血圧の高下を表しています。

~2月の行事~

2月4日(月) 節分

~3月の行事~

3月27日(水)吹奏楽部による演奏

3月29日(金)クラシックバレエ来苑