ゆうあ・あたたか通信

そっと手をさしのべて・・・

ケアプランあい
ケアレンタルかなう
ゆめケアサービス
介護タクシーみらい
まごの手サービス
ままの手サービス

12月号
Vol.12

ゆうあ
あたたかな気持ちをおとどけします

寒さがひとしお身にしみる頃となりました。
今年ももう終わりに近付いていますね、いかがお過ごしでしょうか。
株式会社ゆうあです。
今年も風邪が流行りはじめていますね、皆様予防などはされていますか？
今回は"風邪"についてお話しさせていただきたいと思います。

もしかして風邪かも…？
風邪のサイン
- 横になる事が多い
- 食欲がない
- ボーっとしている。

風邪が重症化する前に周囲の人が普段との違いに気付くことが肝心です。

風邪が引き金となって
合併症になってしまうことも…

- 肺炎
免疫機能が低下すると起こりやすくなります。
- 気管支炎
ウイルスが体からいなくなった後も数週間は咳、痰などの症状がある高齢者の場合、栄養不良状態にあると発症しやすくなります。

毎年12月頃からはじまる風邪、インフルエンザ。
こじらせてしまうと死に至ってしまうことも…
抵抗力の弱まっている高齢者の風邪は健康な成人の風邪とはダメージが異なります。
単なる風邪とあなどらない事が肝心です。

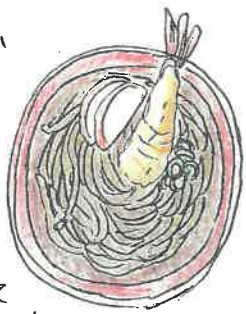


高齢者の風邪がキケンなワケ…
1. 抵抗力が弱い
2. 風邪の引きはじめに気付きにくい
3. 重症化しても分かりづらい



年越しそばを食べる意味

そばは他の麺類と比べて切りやすいことから「今年一年の厄を絶ち切る」という意味で江戸時代から大晦日の夜に食べる習慣が生まれたとされています。



昔からそばは体に良いものとされ、食べると内臓に溜まった毒を取りもんでくれると思われていました。そのため新しい年を健康で迎えられるようにそばを食べたといわれています。

12月4日～12月10日 人権週間

法務省などが中心となり、1984年に国際連合で採択された世界人権宣言の趣旨と重要性を伝え、人権尊重思想を啓発する活動を行う。
最終日の12月10日は国連が定める「人権デー」です。

