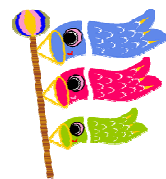


こんにちは🌿ヘルパーステーションふじ(中島町・五日市・川内)です🌸🌸
5月の連休はいかがお過ごしでしょうか?🌤️気候も過ごしやすく楽しみが広がります🌸
梅雨前のお天気をしっかりと有意義に過ごしたいですね🌸



5月の紫外線は真夏並み!



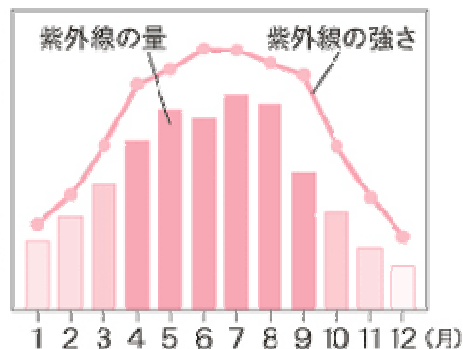
初夏のよく晴れた日は気持ちがよく過ごしやすい季節です。しかし、うっかり日焼けしてしまう人も多いのではないのでしょうか?原因は夏のものと思って対策が遅れがちになる「紫外線」です。

太陽が高くなる5月から8月にかけては最も紫外線の多くなる時期ですが、肌を黒く日焼けさせるUV-A波は、5月に最も多くその量と強さは真夏とほぼ変わりません。

あまり外に出てないつもりでもゴミ出し・洗濯干し・買い物などの「ちょっとそこまで」の間に紫外線を浴びているのです。

紫外線を予防するためには、浴びないことが一番ですが、生活するうえ全ての紫外線を避けるのは不可能といえます。

この時期気温も過ごしやすいので、外出を控えるのではなく日焼け止め化粧品や日傘・帽子などを活用して肌に紫外線が当たらないように早めの対策で楽しく過ごしましょう!



福祉用具ステーションより耳寄り情報

また今年も暑い季節がやってきますが、安全に安心してお風呂が使えないとお悩みの方はいませんか?

そんな方に介護保険では、浴室や浴槽を安心して使って頂けるよう、福祉用具の購入が可能ですのでぜひご検討ください!!

- シャワーイス・・・安定してシャワーや体を洗えます
- グリップ・・・浴槽の縁に設置し安定して入浴できます



担当: 福祉用具ステーションふじ川内
082-831-8911

ヘルパーステーション ふじの出来事

今回のヘルパー勉強会では、サービス提供中の様々な場面を想定してどう対応させていただくか検討しました👉

ご利用者のサービス内容や要望はひとそれぞれ全く違います。しかも訪問介護のサービスは介護保険制度で細かく決められており、サービスを提供するヘルパーは正しい判断が求められます👉

ヘルパーステーションふじ(中島・五日市・川内)ではたくさんのヘルパーがご利用者宅🏠でサービスを行なっていますので、より一層サービスの向上に努めてまいります👏!!



スタッフ紹介コーナー

こんにちは🌸ヘルパーステーションふじ（中島町）でサービス提供責任者をしています**渡辺真理**です📧

広島市中区周辺を担当しており、雨の日も風の日もいつも自転車で走り回っています🚲

ふだんから体力維持のため、筋トレ・ストレッチは欠かさず片手で**20キロ**は軽々です💪先日はご利用者より

「腕の筋肉が私のウエストくらいあるね～」とお褒めの言葉を頂きました👏

身体介護なら私におまかせあれ👏🍀



出身地：生まれてこの方ずっと中区**吉島**です🏠

性格：**AB型**の**いて座**（好奇心旺盛で物事にこだわらない楽道家です🎵）

趣味：筋トレ、ランニング、温泉めぐり🌸（休日はいつも通っています）

スポーツ観戦（去年はカープ📺スタジアム観戦全勝です）

今後の目標：ケアマネ試験に合格すること!!

座右の銘：継続は力なり（**カこぶ**なり💪🍀）

ヘルパーステーション通信

エコプロジェクトより「家庭でできるエコ活動」

歯磨き編をご紹介します🎵

皆さんは毎日の歯磨きの時に水を流しっぱなしにしていませんか？歯磨きの30秒間で水を流しっぱなしにすると約6ℓ水を使用しますが、コップに汲むと約0.6ℓの水ですみます。

これは1ヶ月で約30gのCO2削減になり、使用量も約330円お得になります!!



ヘルパーステーションふじの最新情報はホームページからもご覧いただけます。

<http://www.fujicare.jp>

ヘルパーステーションふじ

検索

不二ビルサービス ケア事業部～関係介護施設～

安佐南区川内

- ・介護付有料老人ホームふじの家川内 TEL082-831-8908
 - ・デイサービスセンターふじ川内 TEL082-831-8909
 - ・福祉用具ステーションふじ川内 TEL082-831-8911
- 安佐南区川内1丁目15-24

- ・高齢者専用賃貸住宅 ネクストビューふじ川内
- 安佐南区川内1丁目15-1 TEL082-831-2200

- ・ヘルパーステーションふじ川内（訪問介護・居宅介護支援）
- 安佐南区川内1丁目15-1 TEL082-831-2166

中区中島町

- ・ヘルパーステーションふじ（訪問介護・居宅介護支援）
- 中区中島町4-3 田中ビル4階 TEL082-545-7434

中区東白島町

- ・デイサービスセンターふじ
- 中区東白島町6-11 ホワイトハイツ1F TEL082-227-3220

佐伯区楽々園

- ・ヘルパーステーションふじ五日市（訪問介護・居宅介護支援）
- 佐伯区楽々園3-5-28-103 TEL082-943-8966

