



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🌸
春もそこまで来ていますが、まだまだ気温の変化が大きく衣服の調整が難しいところです🌸
春が待ち遠しいとともに、花粉症の方にはツライ時期がやってきますね…🤧

今年の花粉は平年以上の飛散量！

2010年の夏は猛暑日が続き、雨も少なくスギ花粉の発育にとっても好条件でした。それに加えて
昨年飛散量は少なめで、スギ花粉は多い年と少ない年が交互に来るので今年は**花粉飛散量が多い**
年に当たるようです。そのためこれまで症状がなかった人でも花粉症になる可能性もあります。

花粉症の対策法は、体に**浸入する花粉を少なくすること・症状を抑えること**が中心になります。
お悩みの方は毎日を快適に過ごすためにも自分の続けやすい予防対策を実践してみてください！

浸入する花粉を少なくする

- ・使い捨てのマスクを使用する
- ・花粉のつきにくい素材の上着を着る
- ・メガネ、ゴーグルの装着
- ・洗濯物、布団を外に干さないようにする
- ・顔を洗う、うがいをする
- ・飛散の多い時間(昼過ぎから)を避ける

花粉症状を抑える

- ・コンタクトレンズの使用を避ける
- ・目、鼻の洗浄をする
- ・カテキンの含まれるお茶を飲む
- ・医療機関で治療をする



福祉用具貸与事業所より 耳寄り情報

★靴(介護用シューズ)のご案内★

最近ではむくみや外反母趾などに対応したものから、
デザインのオシャレなものまで様々な介護用シューズ
をお選びいただけます👣足の長さ・幅・足囲を計測する
ことにより、ご本人の足の形に合った靴選びをして頂く
ように、お助け致します！

安全で快適な歩行を行っていただく為にも、ぜひ良い
靴選びを試みてはいかがでしょうか👣



担当：
ヘルパーステーションふじ
福祉用具相談員
Tel.082-545-7434

ヘルパーステーション ふじの出来事

昨年よりケア事業部ではエコ活動🌱
の取り組みを本格始動させるべく、**エコ
プロジェクト**というチームが発足しま
した🌱社内において電気・ガス・水道の
節約、ごみの減量、エコドライブをする
などのいろいろな項目を実践しながら
CO2を削減する目的です🌱

最終目的は「エコを地域に発信できる
福祉事業」を目指しています👏

今後またエコ情報を発信していきま
すので、皆さんも小さなことから始めて
みてはいかがでしょうか？



スタッフ紹介コーナー

はじめまして😊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藤原尚子です👩



家では4人の食べ盛りの男の子（12歳～17歳）が
いるので毎日1升のご飯を炊いて朝から6個の弁当を
作るのが日課です👩いつでも弁当屋になれそうです👩
このたび末っ子が中学受験を受けめでたく合格したので
家族全員で大喜びしています🌸

合格祝い🎉の子ども用シャンパンを楽しみにしているので
みんなでお祝いしたいと思います🎉

出身地：安芸郡海田町🌸

性格：気さくで自由人のB型と人情味溢れるかに座👩

好きなこと：子育て（まだまだカワイイ息子たちです❤️）

嫌いなこと：金銭的なゆとりがなくなること👩

今したいこと：外食に行って上げ膳据え膳でゆっくりしたいです👩

座右の銘：時は金なり👩👩

ヘルパーステーション通信

各事業所では毎月会議を
開催していますがヘルパー
ステーションふじ五日市の様子を
ご紹介したいと思います👩

普段は全員がそろう機会
が少ないのですが、この日
は全員でそれぞれの知恵や
意見を出し合い、サービス
向上のため熱く話し合いを
行ないました👩👩

今後もより一層のサービ
ス向上に努めます!!



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
安佐南区川内1丁目15-24 TEL082-831-8908
- ・デイサービスセンターふじ川内
安佐南区川内1丁目15-24 TEL082-831-8909
- ・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・福祉用具貸与）
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

