

余寒の候 みなさまにおかれましてはいかがお過ごしでしょうか？

新年を迎えてから、はや一ヶ月が過ぎました。昨年は子育てに追われ、自分で立てた目標を何も達成することができませんでした。なので、今年こそは達成するべく邁進するぞー！猫を飼うぞー！！

みなさま、低温やけどには気を付けましょう。自分はカイロでやっちゃいました、、、。



クローバーケアセンター オペレーター 藪 祐一



令和2年 (2020年) 2月号

vol.114

安心、安全
スピーディな対応

訪問入浴のことなら
おまかせください！

026968

検索

クローバーケアセンター
CLOVER

2月
訪問理美容
サービスの
お知らせ
6日(木)
14日(金)
19日(水)
(25日(火))
(28日(金))

※25日28日は
pmのみ受付可

(注) 曜= (一)月曜 (二)火曜 (三)水曜 (四)木曜 (五)金曜 (六)土曜 (日)日曜 (休)休
(4<2=目録等) 2020
(4<2) 2020年1月28日
(1=29日) 2020年1月29日

最新の記事の目録

あまくみないで 低温やけど

低温やけどとは、カイロや湯たんぽなど、体温より少し高めの温度(44℃~50℃)の物に長時間触れ続けることによって起きるやけどです。症状が見た目にはわかりにくかったり、痛みを感じにくいことがあるので、軽症と勘違いしてしまいがちです。また、皮膚組織が壊れてしまった場合は、手術が必要になったり、感染症にもかかりやすくなってしまうので、普通のやけどよりも重症になることが多く注意が必要です。



なりやすい人

- 皮膚が薄い方
- 寝返りができない方
- 知覚や運動能力に麻痺がある方
- 糖尿病などで手足の循環が悪い方
- 泥酔している方
- 体の感覚が鈍くなっている方

暖房器具別の注意点！！

1. 湯たんぽ、電気あんか

- ◆ 就寝前に早めに布団に入れて温めておき、就寝時には布団から出すようにしましょう。
- ◆ 足を押しつけるように乗せない。乗せた部分が圧迫されて血流が悪くなり、やけどの進行が早まってしまう可能性があります。

3. 電気毛布

- ◆ 電源を入れて温めておき、就寝時には電源を切るようにしましょう。

5. 電気こたつ

- ◆ 電気こたつに入ったまま眠らないように注意しましょう。



2. 使い捨てカイロ・靴下用カイロ

- ◆ 貼るタイプの使い捨てカイロは必ず衣類の上に貼り、同じ箇所に長時間あてないこと。また、貼ったまま眠らないように注意しましょう。
- ◆ 貼った部分をサポーターなどで圧迫しないようにしましょう。



4. ホットカーペット

- ◆ ホットカーペットの上で眠らないように注意しましょう。



6. ストーブ

- ◆ 電気ストーブを足元近くに長時間置かないようにしましょう。

やけどは「時間 × 温度」の関係で発症することがわかっています。たとえば 44℃では 3~4 時間、46℃では 30 分~1 時間、50℃では 2~3 分接触し続けるとやけどを発症します。暖房グッズを使用する際は、低温だからと決して油断せず「低温やけど」の危険性のある道具であることを踏まえて、配慮を怠らないようにすることが大切です。

簡単一品料理

レンジで簡単☆☆ お豆と野菜の洋風スープ



- ① トマトとキャベツは2cm角に切る
- ② 耐熱ボウルにミックスビーンズ、①のトマト・キャベツ、ひき肉、塩を入れてよく練り混ぜ、Aを加えてラップをかけ、電子レンジ(600W)で10分ほど加熱する
- ③ 火が通ったら全体を混ぜ合わせる



- ◆材料(4人分) 1人当たり72kcal
- ミックスビーンズ・・・20g
 - トマト・・・1個
 - キャベツ・・・1枚
 - 鶏ひき肉・・・100g
 - 塩・・・少々
 - 水・・・3カップ
 - A コンソメ・・・固形タイプ2個
または顆粒で小さじ2杯

今月のコネタ



節分の日

①浅草寺(正式名称:金龍山 伝法院 浅草寺)

節分のイベントを寺院で最初に大規模に始めたのがこちら。創建は628年で都内最古といわれ、年間3000万人が訪れる人気のお寺です。夕方からの豆まきは芸能人、著名人が登場します。



2月3日は「節分の日」といわれ、旧暦の大晦日にあたります。昔は、季節の変わり目に邪気(鬼)が生じると考えられていたため、「魔除け」の力があるとされた豆をまきました。今回は東京でゆかりの神社をピックアップしました。

②大國魂(おおくにたま)神社

東京都府中市にある神社。約1900年以上前に創建され、東京にある1500ほどの神社の中でも格式が高いとされる5つの神社「東京5社」の一つです

③成田山新勝寺

成田山の節分会では、860kgの量の大豆と400kgの落花生をまきます。豆まきに参加した人には、お坊さんが一つ一つ手書きした升をいただけます。


今月の脳トレ

☆あるなしクイズ

今月の脳トレはあるなしクイズです。「難しいですか!?(^^)!?(出題:八木)




Q1

- | | | |
|------|-------|---|
| ある | なし |  |
| イチゴ | メロン | |
| サンダル | げた | |
| ハチ | ちょうちょ | |
| ニンジン | なす | |
| ジュース | コーヒー | |



ヒント:何か隠れています

Q2

- | | | |
|------|--------|---|
| ある | なし |  |
| 効き目 | 後遺症 | |
| コイン | お札 | |
| 硬くなる | 柔らかくなる | |
| 落ちる | 昇る | |
| 学校の歌 | 国の歌 | |

ヒント:言い換えてみると?

Q3

- | | | |
|------|----|---|
| ある | なし |  |
| ネパール | 日本 | |
| 後ろ | 前 | |
| トラウマ | 樂觀 | |
| 海 | 山 | |
| 達人 | 素人 |  |

ヒント:単語の頭の方に注目

*みなさん答えは解りましたか?答えは裏面にあります。



すべての世代が共生できる社会を目指して
LALLヒューマンホールディングス



住まいの修復・修繕なら
ジェイ・シー・アイ



不動産の管理、賃貸なら
株式会社シー・アイ・シー



株式会社クローバー 東京都渋谷区恵比寿南 2-23-7 エビスパークヒルズ 303

0120-026968



www.026968.com



オフクローバー