

看護学生が実習に来ています！

先月よりすまいるにも鳥取大学、鳥取看護大学の看護学生が実習に来ています。学生は利用者様との関わりや在宅看護について学びながら、将来の看護師を目指して日々頑張っています。私たちも学生さんの一生懸命な姿からたくさんの刺激を貰っています！皆様にはご理解とご協力ををお願いすることもあるかと思いますが、温かく見守っていただけますと幸いです。どうぞよろしくお願いします♪



現在の訪問受け入れ状況



看護師

余裕あります♪
お問い合わせください。



作業療法士

受け入れ可能です！
お問い合わせください。



理学療法士

受け入れ可能です！
お問い合わせください。



言語聴覚士

受け入れ可能です！
お問い合わせください。

空き状況には変動がありますのでお気軽にお問い合わせください。



0859-36-8030

すまいる訪問看護リハビリステーション



住所：米子市両三柳 693-3

営業時間：平日 8:30～17:30
(盆・年末年始除く)

訪問エリア：米子市、境港市、日吉津村

HPはこちらへ↓



Instagram開設しました！



@SMILE.368030

今年も暑くなってきました ☀️ 早めの熱中症対策をしましょう



外出時は気温を確認し、暑い日は散歩や必要でない買い物等の外出は避けましょう

夏場は発汗増え、脱水リスクも高まります…!!
食事や水分が摂れない、不調が続く際も医療機関に早めの相談を！

熱中症の症状

軽症

中等症

重症



応急措置

医療機関へ

入院

日常生活における暑さ指数と対策		
	危険	暑さ指数 31以上
	厳重警戒	暑さ指数 28以上31未満
	警戒	暑さ指数 25以上28未満
	注意	暑さ指数 25未満

高齢者は安静状態でも発症リスクが高いため、外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。

外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。

運動や激しい作業をする時は、定期的に十分な休息を取り入れる。

一般に危険性は少ないが、激しい運動や重労働は発症リスクが高まるため注意する。

部屋の中でも注意が必要です
エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

エアコンを上手に使いましょう
体に直接あたらないように風向きを調整しましょう

すだれやカーテンを活用し直射日光を遮る

温度・暑さ指数を確認する

換気をして屋外の涼しい空気を入れる

暑いからエアコンつけてね!

扇風機や換気扇を併用する
長時間、風が体に直接あたらないように注意しましょう

窓とドアなど2カ所を開ける

暑いと感じていなくても体温が上がっていたり、身体の内側に熱がこもってしまい夏バテや熱中症、脱水になっていることもあります。気温や熱中症アラートの確認、普段から食事・水分をしっかりと摂取、適度に運動し体力維持を図り暑い夏を乗り切りましょう 🍉

☆すまいるコラム☆



今年は生まれて初めてカブトムシの飼育に挑戦しています！2匹もらってきました。全く気味悪がらず平気で触るたくましい子どもたちです。(私も平気な方です) 猫もごそごそ動く音を聞きつけ観察しています。
どうやらサナギになる時期に近づいたらしく、この頃はあまり姿を見せなくなりました。
立派なカブトムシになってくれる日を心待ちにしています。オスだと嬉しいのですが、これも羽化してみてのお楽しみです。(則本)