

# うちんがた新聞 2024.9月号

発行元:小規模多機能施設ホーム  
うちんがた戸町  
発行責任者:藤田 久美子  
住所:長崎市戸町4丁目7-20  
電話:095(898)5028

## 千羽鶴奉納

## 8月誕生会

おたんじょうび おめでとう

実習の高校生も含め、総勢6人で原爆資料館へ奉納しました。



8月の誕生会を行いました。  
スタッフだけでなく、利用者さんも皆さん協力してケーキ作りを行っています。お祝いされ涙ぐむ場面も見られました。

## わらび餅作り



実習の高校生と一緒にわらび餅作りをしました。  
わらび粉が手に入らなかった為、片栗粉で代用。  
かたくならないようにと栄養価を考慮してお豆腐も入れ、きな粉と黒蜜をかけて食べました。たくさん準備したつもりでしたが、黒蜜は1本すべてなくなりました。高校生との交流も刺激をもらいました。



## 熱中症の話

熱中症による救急搬送者の約半数は高齢者です。  
高齢者は、暑さに対する感覚機能や体の調整機能が低下しているため、熱中症のリスクが高くなります。ご家族や周りの方々も注意を払ってください。  
8月は過ぎ、朝夕は涼しくなったとはいえ日中はまだまだ30度を越す暑さです。  
屋外は避け、室内でエアコンなど上手に使いながら水分もこまめに摂るなど注意して生活しましょう。

### WBGT値 (暑さ指数)

**危険**  
31°C以上  
DANGER 31°C OR MORE

**嚴重警戒**  
28~31°C  
HIGH ALERT

**警戒**  
25~28°C  
WARNING

**注意**  
25°C未満  
CAUTION LESS THAN 25°C

