



NPO 法人 点訳・音声訳集団一步の会 移動支援部

〒179-0075 東京都練馬区高松 2-16-12

TEL・FAX 03-3577-5666

URL info@onyakuippo.com

5 月になり、汗ばむ日も多くなりました。雨が降ったり止んだり、梅雨のような天気の日もあります。お出かけの時は、天気に対応できる上着や雨具の用意をお忘れなく！

<書類の送付について>

今月も、書類の送付にご協力ありがとうございました。

5 月分の書類は 6 月初日が土日になりますので、普通郵便は 5 月 30 日(木)までには投函してください。(現在普通郵便は翌々日に配達され土日の配達はありません。尚、速達・書留・レターパックなどの郵便物は、祝日等も配達されます。)それ以降に提出される方は、持参・FAX・速達の場合でも 3 日までに到着するように早め早めにお送りください。郵送が「間に合わない」「届くか心配」の場合には、郵送する前に、FAX するか写メ、PDF 等で一步の会のメールにお送りくださいますようお願い申し上げます。

～～注意～～

- ★支援が終わりましたら、記録書への記入と同時に、必ず自分のメモに書き込んでおいてください。また、提出前には今一度ご確認ください。
- ★利用者さんの記録書の左上の「年 月」は、必ず記入してください。
- ★同姓の方も複数いらっしゃいますので、必ず印鑑の脇に名前の最初の一字(ひらがなでも構いません)を書き添えてください。(高橋さん、佐藤さん、斎藤さん、藤井さん)

<熱中症>

まだ、早いと思われるかもしれませんが、今年は夏日(最高気温 25 度以上の日)が多いので、体調に気を付けましょう。身体がまだ天候の変化についていけないと思います。体温調節が上手く行かなかったり、めまい・だるさなどの症状が起きたら注意してください。

脱水症状には、手の平が冷たくなる、舌が渇く、爪を押してみても赤みが戻るまで 3 秒以上かかる、皮膚をつまんでみてその形が 3 秒以上戻らない、などの外的サインもあります。

予防には、こまめな水分補給や塩分の補給が大切です。(塩飴などを携帯していると良いですね)

支援時には利用者さんの様子も観察しながら、安心・安全なガイドをお願いします。

<事業所の指定更新について>

介護・福祉の事業所は、6 年ごとに厚生労働省・東京都・練馬区等に事業所としての登録更新の申請を行います。申請時には必要に応じて、皆さんに提出して頂いている資格証のコピーの提出を求められます。

事業所は、守秘義務を守りつつ、皆さんがスムーズに仕事出来るように努めております。新たに取得されました介護・福祉等の修了書がありましたら、つど、コピーのご提出をお願いいたします。

※ひとことメモ(ガイドのポイント)

・汗ばむ日が多くなり、薄着の季節になりました。これから、半袖で過ごしたい日も多くなると思いますが、ガイドの時はつかまっていたく腕は必ず直接触れることがないように、長そでを着るか、アームカバー等を使用してください。(お互いに汗ばむのは気持ち悪いですね。)

- ・一步の会ホームページで、ガイド通信を見ることが出来ます。
- ・2 か月ごとの配送の方、お仕事されなかった月も、こちらでチェックして下さい。
- ・月末に提出する「ガイドヘルパー実績報告兼請求書」のフォーマットがホームページから Excel と PDF でダウンロードできます。
- ・～上記いずれの場合も、ガイドのページに「ippo」と入力してご利用ください。～

光が丘にある『花と緑の相談所』隣接のバラ園が見頃です。
刺に注意しながら、バラの香りをお楽しみください。



熱中症が疑われる時の応急処置 <フロー>

CHECK 1

熱中症を疑う症状がありますか？

(めまい・失神・筋肉痛・筋肉の硬直・大量の発汗・
頭痛・不快感・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感・意識障害・
けいれん・手足の運動障害・高体温)



YES

CHECK 2

意識が
ありますか？

NO

①

救急車を呼ぶ



※1

救急車が到着するまでの間に
応急処置を始めましょう。
意識がないのに、無理に水
を飲ませてはいけません。

YES

②

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ
体を冷やす



スポーツドリンク(ナトリウムを100mℓあたり40～80mg含んでいる飲料)や経口補水液が有効です。

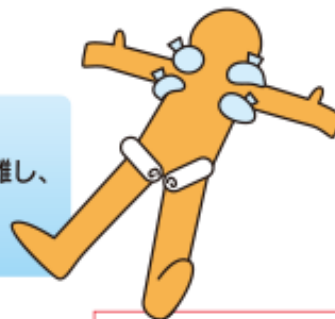
CHECK 3

水分を自力で
摂取できますか？

NO

②

涼しい場所へ避難し、
服をゆるめ
体を冷やす



水や濡れタオルで体を拭き、風を送る。氷のうなどがあれば、首、腋の下、太腿のつけ根を集中的に冷やしましょう。

YES

③

水分・電解質を
補給する

CHECK 4

症状がよくなりましたか？

NO

医療機関へ



現場にいた人が付き添い、発症時の症状を伝えましょう。

YES ※2

そのまま安静にして
十分に休息をとり、
回復したら
帰宅しましょう