



青い鳥通信12月号



青山訪問看護ステーション

冬の「かくれ脱水」に注意!!

脱水は夏に起きるイメージが強いですが
実は冬も注意が必要です。

==なぜ「かくれ脱水」が起こるのか?==

- ・ 空気の乾燥
汗をかきにくく、のどが渴いたと
感じにくい。
- ・ 暖房による湿度の低下
皮膚から失われる水分量が増える。



「かくれ脱水」を防ぐには?

- ・ 部屋の乾燥を防ぐ
加湿器
換気
水で濡らしたタオルを干す
- ・ こまめな水分補給



看護 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	△	△	△	△	△
午後 13:00~17:00	○	△	○	○	○	△

- 空きあり。
 - △ 若干、空きあり。
 - × 対応できる場合あり。
- お問い合わせください。

リハビリ 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	△	△	○	○	△	○
午後 13:00~17:00	△	○	○	△	△	△

訪問エリア

- * 羽曳野市
- * 藤井寺市
- * 松原市
- * 堺市 東区
- * 堺市美原区
など。

ブログ 随時更新中!!

スタッフのプライベートな
話が満載(?)
ぜひ、遊びに来て下さい。



<http://www.aoyama-care.jp/nurse/index.htm>



青山訪問看護ステーション

藤井寺市野中 1-44-1 TEL 072-952-4174
(管理者: 川村真子) FAX 072-939-5355

青山訪問看護ステーション羽曳野

羽曳野市伊賀 4-7-3 TEL 072-931-4174
(管理者: 島貫久美子) FAX 072-937-1016

営業日: 月~土 (祝日あり)
営業時間: 8:45~17:30

