

一人暮らしお年寄り見守りサポーター学習会



「脱水症対策！ご高齢者の水分管理について」

7月には一人暮らしお年寄り見守りサポーター学習会を開催しました。

今回は脱水症対策・高齢者の水分管理をテーマに、三笑堂の方を講師としてお迎えし、夏場に特に気を付けたいポイントなどを学びました。

水分補給が必要な理由や、水分補給のタイミングや脱水症のチェック方法など、すぐに実践できる内容で、参加者の皆様も熱心に聞いておられました。

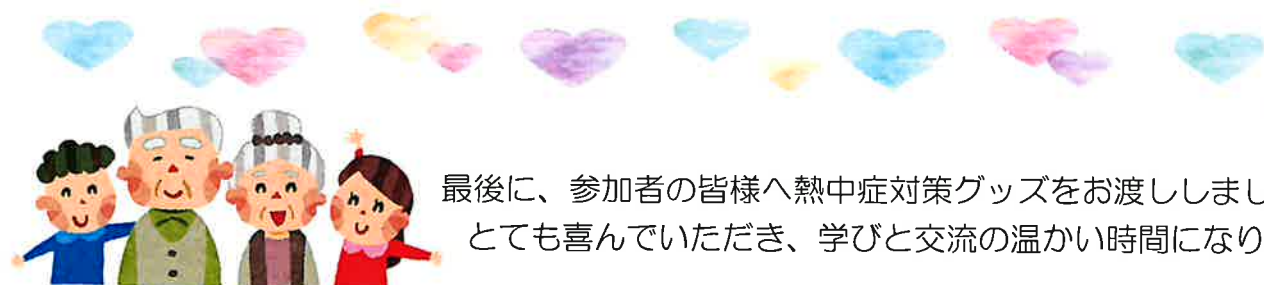


「一人暮らしお年寄り見守りサポーター」について



地域で支え合い、安心して暮らせる地域づくりのために、一人暮らしお年寄り見守りサポーターの重要性や役割についてもお伝えしました。

日頃の何気ない関わりの中での「いつもと違う」「様子がおかしいな」といった気づきが命を守ることに繋がることもあります。見守り活動は人と人との繋がりが支える地域の力そのものだと感じました。



最後に、参加者の皆様へ熱中症対策グッズをお渡ししました。
とても喜んでいただき、学びと交流の温かい時間になりました。

地域の高齢者の方々が安心して暮らせるように、これからも学びを重ね、繋がりを大切にした見守り活動を続けていきます。