

平成27年 7月号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-21-3983 Fax 21-3981

メール yamada-clinic@ gaia.eonet.ne.jp

はるのうみ介護最前線

七夕のルーツは滋賀県湖北の天野川！

「伊勢物語」の中に、近江なる筑摩の祭とくせなんつれなき人の鍋の数を見ん、という歌があり、日本の七夕伝説のルーツは近江町の天野川付近だった。「世継縁起」によると、七夕伝説の天河の二皇、彦星は雄略天皇の第四皇子、星河稚宮皇子。織姫は、仁賢天皇の第2皇女、朝孁皇女。天野川を隔てて仏道の修行を積んでいた二人はいつしか恋に落ちたが、その間柄は叔父と姪。会うこともままならない悲しい恋だった。その二人の墓が天野川をはさんである。蛭子神社の七夕石と呼ばれている自然石が朝孁皇女の墓。川の南側、朝妻神社の石塔が星河稚宮皇子の墓。古くは男性が七夕塚に参り、女性は彦星塚を拝むと、恋が成就するといわれた。今もその効能あり、恋に悩む方にご利益あり。この伝説にちなんで地元の人たちが天野川両岸に星のイルミネーションを作り、8月5日から8月25日（旧暦7月7日）まで毎日午後7時半から同9時半まで点灯されています。この時期に近くを通ることがありましたら、寄ってみてください。

高齢者の熱中症とかくれ脱水

夏と言えば気をつけなければならないのは熱中症。特に高齢者の体内では、若年者に比べて体液が減少しており、水分や塩分の摂取に重要な食事量も低下しがちです。更に発汗による体温調節機構の機能低下もあるため、脱水症を起こしやすくなっています。夏の脱水症状のサインとしては「べた」、「だる」、「ふら」、「いた」と覚えて下さい。「べた」は首すじなどがべたべたしてくること。「だる」は元気なく見えること。「ふら」はめまいや立ち眩み、ふらつきがあること。「いた」は足がつったり、頭痛が出現する事。これらは、熱中症の初期～中期にかけてのサインです。本人および周囲の人々が少しでも“おかしいな？”と感じたら早急に対処出来るようにしておきましょう。

(理学療法士)

ちょっとリハビリ、もっとリハビリ



伝言版



今年の夏は、例年より気温は上がりず、雨の多い夏だと予想されていますが、だからと言って、過ごしやすい気候ではありません。

当施設ではエアコンを利用する機会も多くあると思います。誰もが涼しいとはまいませんので冷房対策の為、上着を余分にお持ち下さい。あと、くれぐれも熱中症にはお気を付け頂き、ご家庭でも、適度な水分補給をお願いします。