

六 点 新 聞

第3号

2014. 6

ご挨拶

いつも六点新聞をご覧いただき、ありがとうございます。多くの人に支えて頂き、株式会社六点介護は事業開始1周年を迎えることができました。重ねて御礼申し上げます。

私にとってのこの六点介護は、初めて起業した会社です。スタッフの採用、営業活動、決算等、1年を通して経験した事業活動の全てが、初めて取り組むことでした。

様々な方々に力を貸してもらえなければ、乗り切ることができませんでした。これからもより良いサービス、より必要とされるサービスを提供することで、その恩返しができるかと考えております。

今後とも変わらぬご愛顧のほどよろしくお願い申し上げます。



六点介護

代表取締役

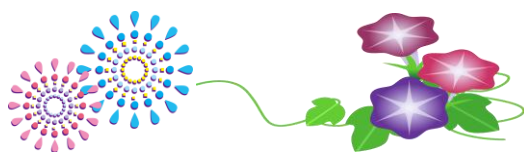
伊藤 大輔

<墨田・台東7月のイベント>

○朝顔市(台東区入谷)

日時：7月6日(日) 7日(月) 8日(火)

場所：台東区入谷鬼子母神周辺



○第37回隅田川花火大会(墨田区)

日時：7月26日(土)

場所：隅田川

時間：19:05~20:30

熱中症に御注意!

そろそろ、熱中症になりやすい時期になってきました。熱中症は、室内でも起こりうるものです。予防の為に、気を付けることをまとめました。

- ①なるべく暑さを避けた服装をする。
- ②扇風機などで、部屋の空気を入れ替える。
- ③我慢してクーラーを止めるなど、無理をしない。
- ④クーラーをかけた場合は、濡れタオルを部屋にかけて、脱水症状を防ぐ。
- ⑤首に濡れスカーフを巻くなど、体温調節のできる服装を。

高齢になると、水分の摂取量が低下し、隠れ脱水になりやすいです。食事もしっかりとり、体調管理に努めましょう!



魚、食べていますか?

最近日本人は、魚の摂取量が低下しているといわれています。魚介類には**ビタミンD**が豊富に含まれていますが、これが不足するとどうなるのでしょうか。イギリスのアルスター大学の研究結果によると、ビタミンDが不足すると、動脈硬化などの循環器疾患や、関節リウマチを引き起こしやすいということがわかりました。**ビタミンDを積極的に摂取することによって、免疫力の維持・向上につながる**ということです。ビタミンDは、しらす干し・イワシ・鮭などに多く含まれているので、意識的に食べて見てはいかがでしょうか?