



医療生協さいたま **ケアセンター**

# ひだまり ニュース



8月号

## 平和への願い

今年も暑い夏がやってきました。戦後71年になる今夏、皆さんどのような思いでお過ごしでしょうか？ これからの戦後を考える機会として、戦争を体験された利用者様の貴重なお話を伺うことができましたのでご紹介いたします。



私は小学校3年生の時終戦を迎えました。当時私とその家族は、千葉県南柏に住んでおりました。終戦間近になると本土空襲の頻度が増し、空襲警報を聞きながら小学校まで片道40分の道のりを歩くこともありました。



1945年東京大空襲の時は空が真っ暗になり、南柏まで紙の焦げた灰がたくさん舞っていた様子を覚えています。

終戦を迎えた時、あれだけ威勢が良かった大人たちが一気に気力を失っていく様子を見て、子供心に今までの報道は嘘だったんだと感じました。戦後、なにげなく飛行機が空を飛んでいるのを見て、「のどかだなあ」としみじみ思いました。それが、平和というものだと...

♪利用者様の紹介♪ 野村弘子様  
ひだまりの訪問看護とリハビリをご利用いただいております。入院生活の経験より、人とのつながりの大切さを強く認識し、常に感謝の心を忘れない女性です。

戦争を知らない若い人たちは、お金や物がないと幸せになれないと思っているようです。本当の幸せとは、平和で、みんなが思いやりを持って暮らしていくこと、人の輪を重んじることだと思うのです。若い世代には幸せについて思い違いをせず、この素晴らしい平和を守り続けてほしいと思います。

## そのサイン、脱水・熱中症ではないですか？

- 口が強く乾く
- まっすぐに歩けない
- めまい・ふらふらする
- 汗が出過ぎたり出なくなる
- 生あくびが頻繁に出る
- 頭がぼーっとする、くらくらする
- 頭痛・吐き気・嘔吐
- 体がだるくなる
- 手足のけいれん

\* 以上の様な症状が出たら、涼しい場所に移って脇を冷やし、水分補給をしましょう

横になったら頭よりも足を高くしましょう

写真の様に皮膚をつまんで戻らなければ脱水の目安になります。



春日部市浜川戸2-13-17

介護・看護のことならどんなことでもお気軽にご相談ください(^o^)

☎ 048-760-2630

これからも皆様のお役に立つ情報をお届けします(´-`)