



デイサービスセンターるびす



【介護保険について(介護度)】

市区町村が判定結果に基づいて認定した要介護度は、介護サービスの必要性に応じて7段階に分かれています。要介護度とは「**どのような介護サービスが、どれくらいの時間必要なのか**」を判断するものです。7段階の内訳は、**要支援1・2、要介護1~5**となっています。なお、7段階のいずれにも属さない、つまり**非該当(自立)**と認定された場合は介護保険によるサービスは受けることができません。ただし、認定審査において「**要支援・要介護になるおそれがある**」とされた場合には、**地域支援事業としての介護予防サービス**が受けられます。

担当：美濃羽



ツジ薬局 ドラッグ部門

【夏の疲れをとるお薦め商品！】

清須店と本郷店にて

今なら **ミネドリン600ml 2980円**

天然アミノ酸の為、吸収が良く夏の暑さによる肉体疲労

疲れが取れない方などお薦めです！

ぜひ、一度お試しください!!!



担当：原



ツジ薬局 調剤部門

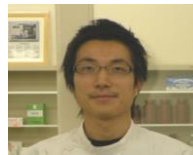
「お薬のはてな⑧ カフェインについて」

今年ももう9月に突入です。今回は秋の夜長を楽しむ方が良く摂取する『**カフェイン**』についてお話しします。

そもそも、カフェインとは化学名で1,3,7-トリメチルキヌリンと言います。コーヒー類に入っているので**caffeine**と言います。カフェインを摂取すると眠くなくなる原因は、カフェインが体の中の**アデノシン受容体**という部位を阻害する事により、体の中に興奮物質が多くなり眠気や倦怠感が軽減します。

しかし、カフェインの摂りすぎが起こるとカフェインの依存症や不眠症、頭痛、胃酸過多による食欲不振などを起こす可能性がある為、何事もほどほどにして下さいね。

担当：塚崎(薬剤師)



賃貸住宅

お部屋の換気について。

皆さんはお部屋の換気をする時はどのようにされてみえますか？

「窓を開けて外の空気を入れる」・・・そうですね。

では、窓はどのくらい開けますか？全開にすると、外の空気がしっかりと部屋の中に入ってきそうですよね。

でも実は、窓を開けるのは**15cm**ほどで十分なのです。

これくらいの隙間にする方が空気の流れる速さが上がり、外の風が弱い時でも効率の良い換気ができます。一度お試しください!!

担当：伊藤(智)

