

保湿剤使用のポイント

年齢をかさねてくると、皮膚が薄くなったり、水分や皮脂の量が低下することで、肌が乾燥して、ひび割れたり、粉をふいたような状態になりやすくなります。そこで、大切なのが、肌の保湿です。刺激の少ない保湿剤を選び、正しく使用することで、肌の健康を守ることができます。

保湿の合言葉は、10以内、横塗り、張り付く、です。

1、10以内：入浴後にできるだけ早く、できれば10分以内に、保湿剤を使用することで、肌の水分が蒸発するのを防ぐことができます。

2、横塗り：保湿剤を塗るときは、肌のキメの方向に合わせて、横方向に滑らせるように塗ることで、吸収されやすくなります。

3、張り付く：保湿剤を塗る量の目安は、保湿剤を塗ったあとに、ティッシュペーパーが張り付く程度の量が目安です。（※使用する保湿剤の種類によっては、異なる場合があります。）



あしたの風で入浴をされる方は、ぜひ保湿クリームなどの保湿剤をご持参ください。
看護師 岐部

あしたの風新聞 ういんど デイサービスセンターあしたの風

令和5年4月26日 発行



咲き誇る花や萌えさかる新緑が、色鮮やかに目に映ります。木々や花がまた格別に美しく感じる今日この頃です。今年は今まで溜めていたエネルギーが吹きだし明るい一年になりそうです。休止していた外出レクや季節の行事・地域交流会・家族交流会が再開し、より一層楽しい事業所を目指していきたいと思えます。この3年間は、心身機能の維持や症状の緩和を目指し、デイサービス内での日々の活動を充実させてきました。その結果、機能の維持や症状の緩和により効果が現れています。日々、学習や活動、役割を繰り返し頑張っているご利用者の努力の賜物です。日々の積み重ねの大切さをご利用者皆さんから改めて教えていただいています。今年度もスタッフ全員で力を合わせて、ご利用者とご家族が笑顔で過ごされますように頑張っています。どうぞよろしくお願いいたします。

管理者 前屋敷



ご利用中の様子



何時でもご相談を受け付けます。どうぞ事業所にもお気軽にお立ち寄り下さい。

<お問い合わせ先>

公益財団法人 慈愛会 デイサービスセンター あしたの風 担当者：生活相談員 前屋敷 さよ子
電話 099-263-6630 FAX 099-263-6631

個別訓練中の様子

【レクリエーションの効果】

あしたの風では午後から身体機能面を重視した活動を実施しています。毎日行う棒体操、ストレッチ運動とは別に、レクリエーションは、楽しみながら運動や認知能力のトレーニングとして、身体的な健康はもちろん、心の健康を目指すといった目的もあります。

例えば輪投げや玉入れなどにしても、右手、左手を使って投げる、入れた得点の合計を計算するといった簡単なゲームでも機能訓練に繋がります。またチームで協力しながら行うことでコミュニケーションの場となり、機能維持、改善だけでなく、本人の自信を取り戻し、得意な事を再発見する魅力もあります。理解しやすいシンプルな内容で負担をかけずゲームや遊びの感覚で、季節の行事感も加えたレクリエーションを提案しています。これからも活性化と機能維持や向上、普段とは違う刺激の中で、ご利用者皆様の笑顔を増やし、リラックスできる時間としていきたいと思えます。

※撮影の際にはマスクを外して頂いている場合もあります。



春のお花見



綺麗ですね
～♪



さくら♪
さくら♪大好き♪



花より団子だ
よね♪



はいチーズ



きれいな
菜の花ね



綺麗に
写してね♪

