新津ショートステイ

花はな通信 3月号

いつも花はなをご利用いただき、ありがとうございます。
今月は『皮膚の乾燥』についてご紹介します。

『皮膚の乾燥』について

高齢者の皮膚の変化の特徴に、汗や皮膚の分泌の減少があります。これにより、皮膚の持つバリア機能が低下し、乾燥が引き起こされます。また、乾燥が強くなると痒みも生じやすくなります。また、加齢により新陳代謝が低下すると皮膚の弾力性が低下し、皮膚が薄くなり、表面が平坦化して光沢を帯びている事もあります。このような皮膚は傷が出来やすく、出来てしまうと治りにくいことがあります。

皮膚トラブルの予防には、①保湿剤を塗布する（特に入浴後の保湿剤の塗布が保湿効果を高めます。）②入浴時は湯温をぬるめにし、刺激の低い弱酸性の洗浄剤を使用する。などの皮膚の保湿、乾燥から皮膚を守る事が有効です。他にも強く掻いたり、こすったりしない、洗う際には泡立てて手のひらで優しく洗う、手足などの皮膚は打撲や摩擦で容易に損傷することがあるため、衣類などできちんと肌を保護するなどの傷を作らない事も大切です。

ご自身ご家族の皮膚状態を今一度確認し、皮膚の健康維持・促進に努めましょう！

3月の行事

◆3日(日)　ひな祭り
◆4日(月)　おやつレク「桜もち」
◆16日(土)、27日(水)　おやつレク「桜あんみつ」
◆22日(金)　おやつレク「フルーツポンチ」
◆パンの日　8日(金)、14日(木)、19日(火)、25日(月)

訪問美容

4日(月)、9日(土)
11日(月)、15日(金)
18日(月)、25日(月)
カット：￥2,000 カラー：￥3,000
カット＆カラー：￥4,000
※9日、15日はカットのみ

お願い

① ワクチン接種を受けましたら、お知らせください。
② 洗濯物を入れるためにビニール袋を使用しますので、ご持参ください。
③ 新品の衣類は色移りの心配がありますので、必ず洗濯したものをご持参ください。

◆面会について

面会予約を受けつけております。
予約制となりますので、お気軽にお問合せください。

裏面もご覧ください。

令和6年3月発行

２月の行事の様子

節分

鬼が登場し、
節分スタートです！

鬼は外！福は内！

スプーンを使って、
豆をザルからザルへ運んでいきます☆

おやつには、
鬼の顔がかかれたロールケーキや
ゼリーを召し上がっていただきました

おやつレク
フルーツ杏仁＆ミニピザ

果物を食べやすい大きさに切ります♪

美味しそう！

バランスゲーム

何個積みあげることが
できるでしょうか？

お誕生日会

お誕生日おめでとうございます♡

新津ショートステイ
はな

ご意見をお待ちしております。
お気軽にお電話ください。
電話：0250 - 21 - 2442　**高橋**