個別対応デイサービスべたにあ
呉市中通４丁目9-17
TEL：0823-32-5983

べたにあ個別デイ便り

平成31年２月発行

いつもべたにあを
ご利用頂きありがとうございます。
今年は亥年という事で、利用者の方々で
亥の壁画」を作成しました。亥の体は
毛糸を手に巻きつけ、両端をハサミで切り、ポンポンを作り、
背景は、色紙をちぎり思い思いに貼って頂きました。
皆さん集中し、作業をされ、今年も力作が出来上がりました。
べたにあでは新規の方や長年ご利用頂いているご家族様の
ご見学いつでもお待ちしております。

職員紹介コーナー

個別デイサービスにて現在主に送迎などに携わっております原田と申します。
よろしくお願いいたします。
昔から動物が好きで数年前から犬を飼って今では四匹目のプードル10歳が日々心を癒やしてくれています。
趣味は体力の維持と健康にいいかと有員し上手とも言われないであろうゴルフを楽しんでおります。
笑顔、健康、喜びを想う気持ちでおります。今後とも宜しくお願い致します。

冬場のスキンケア（かゆみについて）

1．冬場は乾燥により「皮膚のバリア機能」が低下する

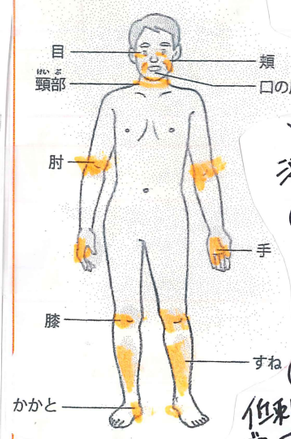
・加齢に伴い皮脂分泌量と水分保持機能が低下するため高齢者の肌は乾燥しやすくかゆみを生じやすくなります

2．かゆみは乾燥による神経線維の伸長

・皮膚が乾燥するとかゆみを感じる神経が正常時より皮膚表面に近いところまで伸びてくる為、かゆみを強く感じやすくなります。

☆乾燥による皮膚のバリア機能低下で外からの刺激物質やアレルゲンなどが皮膚表面から入り込みかゆみを生じる場合も！

乾燥しやすい部位



3．冬場のかゆみ対策

① 室内環境の適正化（体温上がるとかゆみが増します）

・加湿器を使用し湿度を50%前後に保ったり濡れた洗濯物を干すことでも加湿効果あり！

② かいてしまった時にはまず冷却

・皮膚を冷やす事でかゆみを軽減

ガーゼなどで包んだ保冷剤や冷却したタオルなどで冷やす

③ 刺激の少ない洗浄を心がける

化学繊維の製品を避ける。ナイロンタオル、ブラシ等でゴシゴシ洗わず泡で優しく洗う感じで。（入浴後はタオルで押さえるように優しく拭く）

④ 保湿剤の外用

朝晩1日2回の使用が理想。入浴後の塗付はお湯から出て15分以内に。乾燥からの湿疹ひどくて改善しない場合、医療機関での薬の処方を受ける必要も。

☆個別デイ入浴時に外用薬、市販薬保湿剤など持参頂ければ塗付いたします

⑤ 食生活を整える

アルコールや香辛料はかゆみを悪化させる為摂取を控えるご提案も。

ほっこりエピソード

県北地方出身の利用者さんが、
郷土料理で「ワニのお刺身をお祭りの時に
良く食べるんよ。あっさりして
美味いよ～」と
懐かしそうに
教えて下さり
ました✦

懐かしい思い出 ずっと心に残っておられますね

〈お家でも昔話に花を咲かしてみて下さい〉

昔社交ダンスをしておられた男性利用者さんに、
「是非ダンスの先生をして下さい」
とお願いすると、
恥ずかしそうに
「いやあ、今はしとらんけえ」
「ちょっとお母ちゃんと踊ってみんと」「ダンスは楽しかな」
と、とても良い笑顔を見せて下さいました✦