

グリーンルーム 通信

令和3年2月号



日	月	火	水	木	金	土
	2/1 パラエティ 理美容	2 朗読 理美容 節分豆まき	3 社会 理美容	4 算数 理美容	5 国語 かたか・手芸 書道 (自習)	6 体育 理美容
7	8 パラエティ かたか・手芸 書道 (自習)	9 音楽 かたか・手芸 絵手紙	10 算数 かたか・手芸 書道 (自習)	11 国語 朗読・パラエティ かたか・手芸 絵手紙	12 体育 折紙教室 13:00~ 書道 (自習)	13 社会 かたか・手芸 書道 (自習)
14	15 算数 かたか・手芸 書道 (自習)	16 体育 かたか・手芸 絵手紙	17 国語 かたか・手芸 絵手紙	18 音楽 かたか・手芸 書道 (自習)	19 社会 理美容 書道 (自習)	20 パラエティ かたか・手芸 絵手紙
21	22 国語 かたか・手芸 書道 (自習)	23 算数 かたか・手芸 絵手紙	24 音楽 かたか・手芸 書道 (自習)	25 体育 かたか・手芸 絵手紙	26 パラエティ かたか・手芸 書道 (自習) 誕生日会	27 体育 かたか・手芸 書道 (自習)
2						

※ご利用者様方の過ごされるフロアは常時換気、マスクの着用、密にならぬよう座席に配慮の上、飛沫予防アクリル板を設置しております。手指消毒・機材・器具の消毒も常時行っております。

どんと焼き

1月15日(金) どんと焼きを行いました。

無病息災と絵馬の願い事が叶います様祈願して、五平餅と甘酒をいただきました。あたたかい五平餅に温かい甘酒は冬の寒さの中ホッとします。



100歳のお祝い

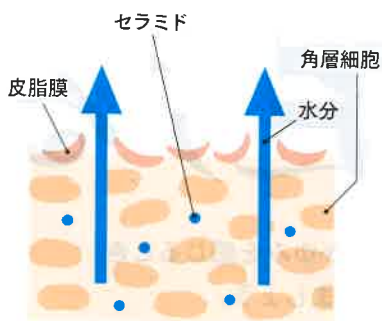
1月。100歳の誕生日を迎えるご利用者様がいらっしゃいました。大変おめでたい嬉しい事です。職員一同と当日ご利用の皆様と一緒に100歳のお祝いをしました。これから100歳のお祝いを迎える方々もいらっしゃいますので、いつまでもお元気でご来所いただけるように、リハビリやレクリエーション、脳トレ、季節の行事など提供し続けてまいります。



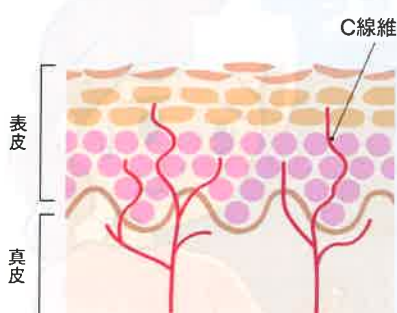
看護部より・・・「冬はかゆみを感じやすい」

冬は湿度の低下や暖房の風などで肌のバリア機能が低下しやすくなっています。するとセラミドが減少し細胞間に隙間ができます。そこから汗や埃などの刺激物質が侵入。これがかゆみを引き起こします。肌にうるおいを与えて快適に保ちましょう(^_^)

乾燥した肌



乾燥すると、肌が敏感に!?



カサカサのお肌にうるおいを与えましょう♡

入浴タイム

お湯の温度は38~40度のぬるめのお湯で長湯しないようにしましょう。保湿効果のある入浴剤を使うのも良いですね。入浴後、体がに水分が残っていると乾燥の原因になりますので脇の下やわき腹などすみずみまでしっかり拭きましょう。



保湿ケア

膝や足のすねは皮脂腺が少ないので乾燥しやすい場所です。こまめにクリームを塗って保湿しましょう。顔では化粧水で水分補給した後、クリームやオイルでふたをして水分を内部にとじこめましょう。

