

あけましておめでとうございます。

謹んで新年のお慶びを申し上げます。
旧年中は照陽の家に温かく多大なご協力、ご理解を頂き有難うございました。本年も何卒宜しくお願い申し上げます。

さて、令和2年の新春に、万葉集からまずは一首、
「新しき年の始（はじめ）の初春の今日降る雪の
いや重（し）け吉事（よごと）」
～新しい年の始めの今日を降りしきる雪のように
いっそう重なれ、吉き事よ～

誰もが年の始めには幸せ多き1年を望みます。今年こそ災害が無く皆が笑顔で過ごせる穏やかな日々でありますようにと・・・
2011年に開設しました照陽の家とひなたぼっこ保育園はお陰様で2020年の今年、10年目の節目を迎えます。この9年間、多くの利用者様、園児の皆様、ご家族の方々との出会いがありました。その一つ一つのエピソードが私達の心を豊かにし、明日への活力を生み出してくれました。感謝すべきは私達であると改めて御礼申し上げます。本年も続いて地域密着型サービスとして、高齢者の方への介護予防、フレイル対策、認知症予防など、またお子様には人としての健全な発育の支援を、職員一同、ワンチームとなり取り組んでいきたいと思っております。

施設長 三代富士子

ひなたぼっこ保育園の日常



洗濯バサミで作りました。



かるた大会



凧あげ



頭にねじり鉢巻きをし魚釣り＆魚屋さんごっこをしました！



お尾蘇を頂きました。



和田御崎神社に参拝



勝田神社のとんどさん



地域(角三)のとんどさん

訪問看護ステーション ハートケア

寒い日が続きます。高齢者の方は肌が乾燥すると痒くなり色々なトラブルに繋がることがあります。そこで今回は皮膚掻痒症の対策について一緒に考えてみましょう。

- * 保湿は忘れずに行う
肌が乾燥すると痒みを引き起こすため、こまめに保湿を行うことは皮膚掻痒症の対策に欠かせません。ワセリンなどを始め、自分自身にあった保湿剤を選びましょう。
- * 室内を加湿し、乾燥を防ぐ
加湿器を使用したり、洗濯物を室内に干したりするなどして、室内の加湿を行いましょう。冬はもともと湿度が低いうえに、暖房でさらに室内が乾燥しがちになるので、常に加湿を意識するとよいでしょう。
- * 保湿の電気製品を使用するときは注意が必要
直接肌に触れる電気毛布や電気マットなどの保温機能のある電気製品中には、肌の乾燥を促してしまうものもあります。使用する場合は肌を乾燥させないか注意が必要です。
- * 入浴時、ゴシゴシこすらない・石鹸は適切に使用する
入浴中、ナイロンタオルや固いあかすりなどでゴシゴシ洗うのは好ましくありません。手やタオルなどで、やさしく洗うようにしましょう。また、せっけんやボディシャンプーは使いすぎると皮膚の膜となる皮脂を取りすぎるおそれがあります。使用するときは種類を選ぶこと、適切な量を使うように注意しましょう。

今月の言葉

人生をひとりで 歩まないでください。
人には、必ず人が必要なのです。

～ホセ・ムヒカ～