

乾燥肌 / かさかさ / かゆみ /

乾燥 / かさかさ
かゆみ /

肌

A cartoon illustration of a baby with a surprised expression, looking at a large, speckled egg it is holding in its hands. The baby has a speech bubble above it containing an exclamation mark.

こすつたり、かいたり、乾燥した肌はカサついて、かゆみや痛みを伴います。が、かくと肌が傷ついて、より水分が逃げやすくなり、乾燥肌が悪化してしまいます。また、傷口ができ

ると悪化！

秋は乾燥しやすい季節

ガシガシとさわやかな秋の気候は気持ちいいけど、肌にとっては油断大敵。秋になると空気が乾くため、お肌の水分が逃げていきやすくなります。また、皮脂の分泌が減つて、肌のかさつきが気になる季節でもあります。

皮脂が肌を守つてゐる

The diagram illustrates the structure of the skin. It shows a cross-section with three main layers labeled from top to bottom: 表皮 (Epidermis), 角質 (Keratin), and 真皮 (Dermis). The epidermis contains several pinkish-red, rounded cells. The dermis is a thicker layer of pinkish-red tissue. On the surface of the epidermis, there are several white, irregular shapes representing oil glands. A red wavy arrow points from one of these glands upwards through the epidermis towards the surface. Another red arrow points from the surface down into one of the glands. The background is a light blue color.

皮脂をキープして乾燥しない肌に

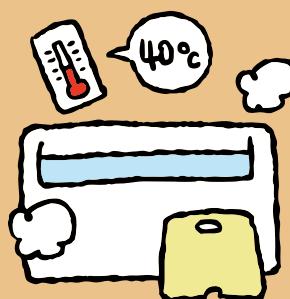
皮脂は体が作る天然の保湿剤です。乾燥肌を防ぐには、体から分泌された皮脂を落としすぎないようにする必要があります。



お風呂上がりにしつかり保湿

皮脂が肌に残りやすくなります。症状がひどい場合は入浴回数を減らして。

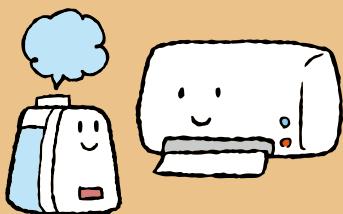
お風呂から上がったあと
は皮脂が洗い流されて乾
燥しやすくなつていま
す。入浴後すぐ、体の表
面が乾ききらないうち
に、ワセリンや保湿フ
リームなどを塗つて乾燥
を防ぎます。



お湯はぬるめで回数を減らす

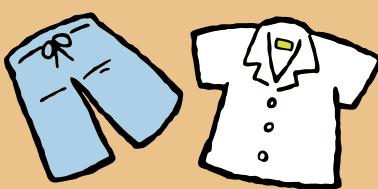
乾燥肌の予防に 今すぐできる 基本の保湿ケア

乾燥肌の予防には、肌表面の油分を失わないことと、乾燥させないことが重要です



暖房と加湿を組み合わせる

る下着類は、肌
い素材を選んで



しめつけ・刺激の少ない服を選ぶ



デイサービス結 day.yuinnet.co.jp [Facebook](#)も更新中!@yuimarlday

もう10月です。秋のお出かけシーズンがやつてきましたねえ。しかしこの頃、高齢者の自動車の運転が危ないとかで、アクセルとブレーキを踏み間違えて店に突っ込むとか、道路を逆走して事故を起こしたなど、捨て身感のあるニュースをよく見かけますですね。

先日もコンビニの駐車場で止まっておりましたと、隣に入ってきた軽トラックが急にすごい音をさせて加速して、車止めを乗り越えてフェンスにブチ当って止まりました。もう

ちょっとでその下まで落するところでしたが、フェンスが頑張って助かりましたです。その車はなんとかバックで戻り、運転手はしばらく放心状態がありました。

「おじいさんやりおった!」と思っていたら、実は結構若い人で、会社の車を運転していたようですね。放心状態から復帰して、自分の車の破損を調べて残念そ

うな顔をしていましたが、壊したフェンスも気にしてあげてと心で思いましたね。まあ止まる寸前にアクセルとブレーキを踏み間違えたんでしょうねえ。

そういうワタシもワリとどんくさいことをやっておりまして、シートベルトをしたまま慌てて車から降りて首が絞まつて窒息しそうになつたり、よそ見をして荷台のドアを閉めたらドアの角がおでこに当たりします。そのときは病院で処置してもらひ

デカい絆創膏を貼つてもらいましたが、「どうしたんや?」と心配してくれる人に説明すると、たいがい「どんくさい」と笑われましたです。

最近気になるのは携帯電話を見ながら運転している人ですね。昔はよそ見運転で事故でしたが今はスマホ見運転で事故つてことになるんでしようねえ。明日は我



所長コラム オオブタ 日記

ゆいまーる

居宅介護支援・訪問介護
通所介護・介護タクシー
<http://yuinet.co.jp/>

ゆいまーるケアセンター

ゆいまーるケアセンター総持寺

デイサービス 結

Yuinet デザインラボ ユイネット

茨木市沢良宜西1丁目13-25 美山ビル1F TEL: 072-601-0696 / FAX: 072-601-0697

茨木市庄2丁目10-103 アバンテ茨木1F TEL: 072-601-0007 / FAX: 072-601-0875

茨木市沢良宜西2丁目2-7

TEL: 072-667-5501 / FAX: 072-667-5502