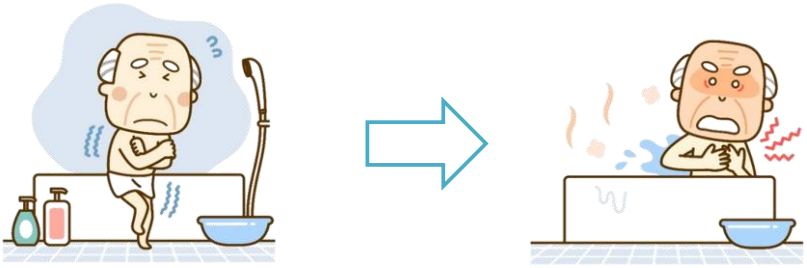
特集

入浴で気をつけるポイントについて

**吉祥では、委員会制度を設け、毎月、食事・入浴等多岐にわたり話し合いをし、業務の改善や周知事項の徹底を図っています。
今回は、入浴・排泄委員会より寒くなる時季を迎えるにあたり入浴での気をつけるポイントや注意点について、ご報告させていただきます。**

脱衣所・浴室　編

シャワーで浴室内をしっかりと温めて温度差をなくしましょう。
急激な温度変化により、血圧に変動が起きるとヒートショックが起こり危険です。
脱衣所もヒーター等を利用し、温めましょう。
体を拭いたり、着替えたりするときに転倒しないために椅子を準備したり、転倒防止マットがある場合には、敷いておくことをおすすめします。



入浴　編

熱いお湯が好きという方も多いかもしれませんが、40度くらいの温度がベストです。
熱すぎると血圧が上昇したり、皮膚炎をおこしたりもします。
熱いお湯が好きという方は、少しずつ温度を上げていくことにより、血圧の変動を防げます。

洗う順番と手順

1. 床や椅子にシャワーや掛け湯をして温めます。
↓
2. 滑らないように気をつけながら浴室に入り、椅子に腰かけてもらいます。
↓
3. シャワーの温度を自分で確認します。
↓
4. 足元から、ゆっくり上へかけていきます。
↓
5. 髪の毛、体の上部・体の下の順番で洗いましょう。脇や肘の裏など、汚れのたまりやすい場所は念入りに洗いましょう。
↓
6. 湯舟につかる場合には、心臓への負担を避けるため胸までとし、あまり深くつからないようにすると負担が少なくてすみます。

まとめ

入浴することでリラックスできる・さっぱりして気持ちがよくなるためにも安全に注意して入浴しましょう。
高齢者の皮膚は薄く、乾燥しがちです。血管ももろくなっていることもありますので、強くこすらずにやさしく洗いましょう。

ボランティアの皆様、ありがとうございました

ビーズバズの皆様

中国の二胡という珍しい楽器を演奏していただき、優美な音色に皆様うっとりと聴き入っておられました。

シドーズの皆様

懐かしい曲をたくさん演奏して下さり、ご利用者もいっしょに口ずさんだり手拍子をうったりしてとても楽しいひと時を過ごすことができました。

新田幼稚園の皆様

3年ぶりに園児の皆さんの一生懸命でかわいらしいお遊戯を見て、ご利用者はとても喜ばれていました。

特定

敬老会、ずらりと並んだご長寿の皆様。米寿（88歳）1名、卒寿（90歳）5名、白寿（99歳）1名、百寿（100歳）3名、101歳1名と103歳1名がおられます。紅白まんじゅうを手作りし、おいしくいただきました。皆様いつまでもお元気で。

秋祭りの季節、獅子舞が来てくれました。迫力のある獅子をみて、皆様喜ばれていました。

【お問い合わせ先】
特定施設入居者生活介護　吉祥
087(841) 8100
担当　平賀・山口

ショートステイ

ショートステイより

ショートステイ吉祥では新規ご利用者を受付しております。ゆっくり過ごすことができる全室個室です。行事やレクリエーションも充実しております。随時見学も実施しておりますので、どうぞお気軽にお問い合わせください。

【お問い合わせ先】
ショートステイ吉祥
087(841)8103
担当　岩本・西森・岡田

ショートステイではほとんどのご利用者が大浴場を利用されています。チェアー浴やシンプルバスを使用される方もいますが温泉気分を味わえると大変喜ばれています。自立支援を目標としており、手の届きにくい頭髪や背中などは介助し、ご自分でできることはしていただいています。そしてなるべくご利用者のペースに合わせるよう心がけています。

またご利用者に入浴時使用するタオルをたたんでもらい、手を動かすことによって脳の活性化につながればと思っています。これからも吉祥のお風呂がご利用者の楽しみの一つであるよう心がけていきたいと思います。

吉祥のお風呂は天然温泉です♪