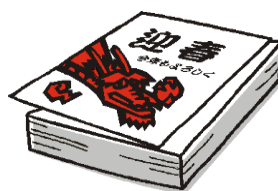




《12月の企画／年賀状作り》

2025年を迎えるにあたり、12月の企画として『年賀状作り』を行いました。職員が画用紙に来年の干支の『巳』や絵馬やダルマの絵を下書きし、それに色を塗って頂きました。「へビの色は難しいね。」と言われる方が多かったのですが、皆さん工夫し、色々なへビが出来上がりました。新年の挨拶の言葉を書いて頂き、完成した年賀状は、デイルームの廊下に飾りました。皆さん、元気に新年を迎えられました。



《1月の企画／かるた大会》

1月の企画として、毎年恒例となっている『かるた大会』を開催しました。かるたをあまり良く知らないという方はペアになり、知っている方は個人で参加し、トーナメント方式で行いました。1回戦は19枚のかるたで競い合い、準決勝は枚数を増やした21枚で、決勝は29枚のかるたで対決しました。テーブルの上にあるかるたの枚数が少なくなるにつれて、見ている人達もハラハラする程の迫力ある対決が繰り広げられました。決勝は17枚取った古橋さんが優勝され、笑顔で喜んでいました。1位から3位の方には景品をプレゼントしました。



《看護師より／肌トラブルについて》

外気の乾燥と暖房器具により、1年で最も肌が乾燥する時期です。白い粉を噴いてカサカサします。症状が進むと痒みを伴います。すねが最も多く、次に腰回り、お尻、太ももに発症しやすいです。

「痒い」→「かく」→「ますます痒い」の悪循環に注意しましょう。お風呂でゴシゴシとこすり洗いをすることも禁物です。

※ナイロンタオルでゴシゴシこする様な洗身をしない。

※エアコン使用時は部屋を加湿する。

これらは比較的行いやすい予防策です。

また、酷くなる前に、水分と油分を補う保湿剤（ヘパリン類似物質やセラシド配合クリーム、白ワセリンなど）を塗る事もおすすめします。

