社会福祉法人　恵心会
高齢者福祉総合センター　清谿園

デイサービスセンター

ひめゆり新聞

第56号

2026.10

10/11(日) マイロードコンサート　＆　フラワーボックス作り







今月もマイロードのお二人がボランティアで演奏をしてくださいました(#^.^#)
１曲目から感動し涙される方もおられました。演奏の後はフラワーボックスを
作りとても良い物が出来上がりました♪











10/18(日)秋の味覚でおやつ作り











秋の味覚を使ったお菓子作りをしましょうという事で、南瓜とさつま芋
を使ってパウンドケーキとどら焼き作りを行いました。











清谿園デイサービスセンターひめゆり

鹿児島市中山町5216番地1

TEL:099-263-1077　担当:染川　長濱

○乾燥は肌の大敵！

高齢になると、肌の水分量や皮脂の分泌量が減少し、乾燥しやすくなります。肌が乾燥していると、皮膚トラブルが起こりやすくなり、放置しているとご利用者の生活の質（QOL）の低下にもつながります。特に、空気が乾燥する秋～冬の時期は注意が必要です。

高齢者の肌が乾燥しやすい理由

○肌の保湿機能の低下・・・皮膚の膜が薄くなり、肌の水分量が減少することで、肌のうるおいを保てなくなる

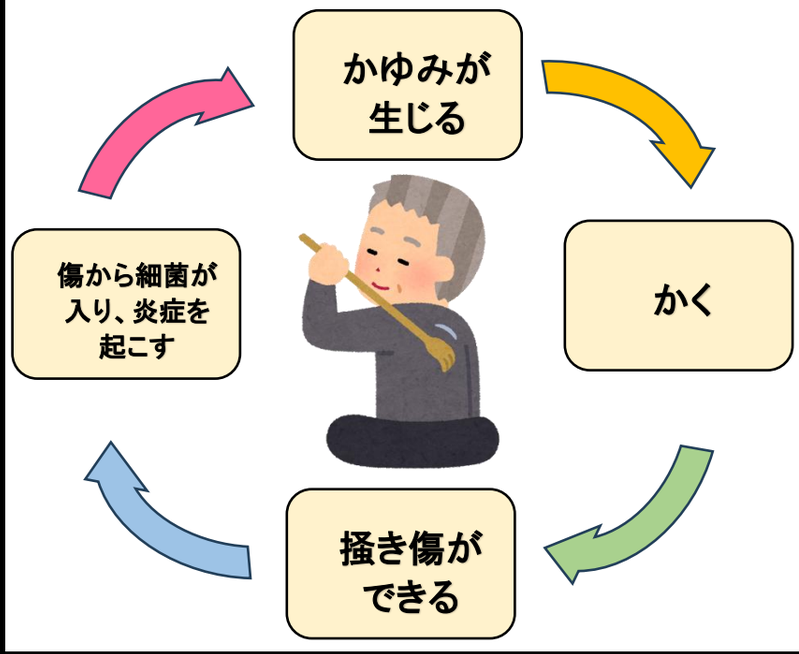
○体内の水分不足・・・加齢によってのどや口の中の渇きを感じにくくなり、水分の摂取量が減少することで、体内の水分量も減少する。

○室内環境の影響・・・体温調整機能の低下により、室温の変化に気付きにくくなる。さらに、冬は暖房で室内が乾燥しやすくなる。

○疾患や薬の影響・・・糖尿病・腎不全などの疾患や薬の副作用などで、肌の水分量の減少や、バリア機能の低下を引き起こす

○肌の乾燥によって起こる皮膚トラブル

乾燥した皮膚は、バリア機能が低下し、かゆみが生じるようになります。かゆみが強くなると、睡眠の妨げになったり、強くかき過ぎて肌が傷つくことがあります。傷口から最近が入り、炎症を起こすと、さらにかゆみがますという悪循環につながります。
症状が悪化しないうちに処置できるよう、入浴時に服を脱いだときなどに、全身の皮膚の状態を観察しましょう。



肌の乾燥には注意しましょう!!

ご利用者・ご家族の皆様へ





11月イベント



○8日（日）フルーツパフェ作り
○15日（日）紅葉散策
○22日（日）クリスマス飾り作り



★PT指導
3日（火） 29日（日）



ホームページにブログ始めました

社会福祉法人恵心会　特別養護老人ホーム清谿園のホームページに「ひめゆり新聞」や活動を掲載してます♪

多くの方々にデイサービスセンターひめゆりの活動様子を知っていただき興味を持って頂ければ幸いです。

←こちらのQRコードからもログインできます！

