



# 豊齢だより

平成27年11月号

介護老人保健施設 茂庭台豊齢ホーム 仙台市太白区茂庭台2丁目16-10 TEL 022(281)3190

## ☆ バイオリン・チェロコンサート

### NPO法人 室内合唱団 THE STRINGSによる生演奏

10月19日に「JKA・ミュージックパワー！ 震災復興支援コンサート 2015in 宮城」が当ホームで開催されました。

慰問に来て下さった皆さんは、神戸を拠点に活動をされている合奏団で、全11ヶ所をまわられるそうです。

クラシックの名曲、日本の名曲メドレーが奏でられました。生演奏の迫りに会場が心地よい空気に包まれ、とてもいい時間となりました。



## ～ 市民文化祭の様子 ～

10月4日に行われた文化祭に、今年も入所されている利用者様と通所リハビリテーションの利用者様で、作品を展示させていただきました。毎日少しずつの時間を用いて貼り絵や手芸等を制作し、数多くの作品を展示する事が出来ました。今後もレクリエーション・リハビリテーションの一環として作品作りを行っていききたいと思います。



## ～ 冬のスキンケアについて ～

- 冬は皮膚が乾燥して肌荒れやかゆみなどの皮膚トラブルが増える季節です。空気が乾燥しているのに加えて、暖房などを使用することで室内の空気は一層乾燥してきます。皮膚をゴシゴシ擦るのは昔の話であり、擦ることで皮膚のハリやキメが無くなる等のトラブルが起こるので、加湿器や保湿クリームを使い乾燥からお肌を守りましょう。

## ～ 事務からのご連絡 ～

先月保証人様に送付致しましたインフルエンザの「予診表」のご提出をお願い致します。

仙台市外の方につきましては、他に書いて頂く書類もございますので、お早めにご提出下さい。

ご不明な点は事務までお電話にてお問い合わせ下さい。

TEL:022-2881-3190(代)

- 入浴する際は熱いお湯をなるべく避け、38～40度程度のぬるめのお湯でじっくり浸かると良いと言われています。皮膚の乾燥が強い時やかゆみがある時は、ゴシゴシ洗わず石鹸をよく泡立て、手のひらでやさしく洗うことで皮膚への刺激が少なくなります。

## ～ 茂庭台診療所より ～

◎インフルエンザ・高齢者肺炎球菌など、各種予防注射を行っております。効果が出るまで時間が掛かりますのでお早めの接種をお勧めいたします。（お問合せ電話番号：022-281-3133）

冬の間は、これらのセルフケアを継続して行なうことでお肌を乾燥から守ってくれます。