



ヘルパーステーションふじ(中島町・五日市・川内)です🎶

本格的に朝晩の寒さが厳しくなってきましたが、風邪などで体調を崩されていませんか？

今年も残すところあと1ヶ月ですが「終わりよければすべてよし」になるよう頑張りたいと思います🙏

## 冬のカサカサ改善計画

これからの時期、皮膚の乾燥によりかゆみに悩まされる人は多いのではないのでしょうか？

特に「背中」「腰」「足」は**皮脂の分泌が少ない**ため症状が現れやすいところです。

皮膚のカサカサはバリア機能を低下させ、一度かゆみから掻き壊すと治りにくくなってしまいます。

刺激をなるべく軽減し、皮膚の保湿を維持するため、下記のような点に注意しましょう。

①入浴時にせっけんで**ゴシゴシ洗わない**

②入浴後はすぐに皮膚が乾燥し始めるので、なるべく早くに**保湿剤**で保護する

③衣類や肌に触れるものはチクチク・ゴワゴワしない肌を**刺激する素材**を避ける

④電気毛布やこたつなど**暖房器具**で乾燥していないか気をつける

⑤刺激の強い食品(唐辛子・アルコール)は血管を拡張させかゆみを強くするので控える  
かゆみでイライラしたり、睡眠不足になると本当につらいものです。

たかが乾燥肌と言わず、日常生活の工夫で少しでも快適に過ごせるよう心がけたいですね。

(患部が化膿したり赤みがひどいようなら医療機関を受診するようにして下さい。)

## 福祉用具貸与事業所より 耳寄り情報

★パラマウントベッド《ユニバーサルグリップ》★

こんなところに少し**手を置く場所**、**握って掴まる場所**が欲しいと思うことは無いですか？そんな時には立ち座りや歩行のサポートができる、ユニバーサルグリップが役立つかもしれません。

手を置ける**天板付き**と多方向から握ることができる**天板無し**の2種類をご用意しています。

ぜひお気軽にご相談下さい！

- ・天板付 230円/月
- ・天板なし 200円/月  
(介護保険1割)

担当：ふじ福祉用具相談員



## ヘルパーステーション ふじの出来事

社内研修の充実を目的として毎年ケア事業部の全スタッフを対象に行われるその名も「**レベルアップ試験**」が実施されました🎯職種は関係なく事務員から管理者も含め**全員**が研修の成果を試されるというものです👏

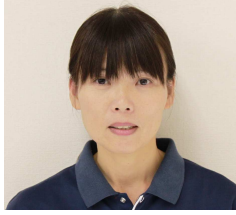
何事も全力で取り組むふじのスタッフは、全員その成果を発揮できているはずです…

今後もより一層ヘルパーステーションふじは**自己研鑽に努めます**💪👏



## スタッフ紹介コーナー

ヘルパーステーションふじ（五日市）の香川広美です♪  
4月にパート社員からサービス提供責任者として勤務  
させて頂いています🌟サービス提供時にはエコ🌱のため  
にもほぼMY自転車🚲を使用しているんですよ!!



花🌸や空などを見るのが楽しみでよく周辺を  
キョロキョロしています☹️（少し不審者のようですね💧）

現在では本当に毎日、日にち経つのが早く1ヶ月があっという間で日々  
の変化についていけず毎日悪戦苦闘しています☹️

高3・中3・小6の子供がいるので来年は踏ん張りどころですが、だからこそ1日1日をより大切に過ごして行こうと思うようになりました🌟  
これからも宜しくお願いします🌸

-----  
出身地：島根県生まれの広島育ち

星座：10月生まれの天秤座★

趣味：体を動かすこと（最近はダメですね…）

スポーツ観戦（子供たちのサッカーやバトミントンなど）🌸

## ヘルパーステーション通信

ヘルパーステーションふじ  
五日市のある楽々園では先日  
町内清掃に参加しました!!

周辺を見渡すと意外な所に  
ゴミが溜まっていた👿

清掃後はとてもさわやかな  
気持ちになりますね❤️

これからも地域の皆様に貢献  
できるよう努めてまいります。



ヘルパーステーションふじの最新情報はホームページからもご覧いただけます。

<http://www.fujicare.jp>

ヘルパーステーションふじ

検索

## 不二ビルサービス ケア事業部～関係介護施設～

### 安佐南区川内

- ・介護付有料老人ホーム ふじの家川内  
安佐南区川内1丁目15-24 Tel082-831-8908
- ・デイサービスセンターふじ川内  
安佐南区川内1丁目15-24 Tel082-831-8909
- ・高齢者専用賃貸住宅 ネクストビューふじ川内  
安佐南区川内1丁目15-1 Tel082-831-2200
- ・ヘルパーステーションふじ川内（訪問介護・居宅介護支援）  
安佐南区川内1丁目15-1 Tel082-831-2166



### 中区中島町

- ・ヘルパーステーションふじ（訪問介護・居宅介護支援・福祉用具貸与）  
中区中島町4-3 田中ビル4階 Tel082-545-7434

### 中区東白島町

- ・デイサービスセンターふじ  
中区東白島町6-11 ホワイトハイツ1F Tel082-227-3220

### 佐伯区楽々園

- ・ヘルパーステーションふじ五日市（訪問介護・居宅介護支援）  
佐伯区楽々園3-5-28-103 Tel082-943-8966

