

アピックス便り

2013. VOL. 8

編集・発行：アピックス介護事業部
須賀川市森宿字ヒジリ田 54-4
電話：0248-63-1192

●今後も介護に役立つ情報を発信して行く事を目指します。

●お風呂場での工夫いろいろ

梅雨時だから、快適な入浴をするために！

入浴するという事は、清潔にするということ以外に疲れを取ったり、血行を良くしたり、食欲が出たり、良く眠れたりなどの効果があります。

しかし、高齢になってくると大好きなお風呂に簡単に入ることが出来なくなります。床が滑り易い、浴槽が高い、脱衣所が狭い、寒い等が主な理由です。

※高齢者が、安全にゆったりとお風呂に入れる為の入浴環境を整備しましょう！

●安全な浴室のポイント

- ① 浴室・脱衣室を暖かくしましょう。
- ② 床が滑らない様にしましょう
(すべり止めを敷く)
- ③ リフォーム・専用すのこを活用して浴槽の高さを調節しましょう。(40cm程度)
- ④ 手すりをつけましょう。
- ⑤ 浴室の戸は安全面からも、外開きか引き戸に、ガラスから樹脂板に変える方がいいでしょう。

●入浴する時の注意点

- ・適切な室温は25度位といわれています。
- ・適切な入浴時間(10～15分ぐらい)
- ・入浴温度・・・(40℃)個人差はありますが高すぎる温度設定は身体に負担がかかります。
- ・全身観察⇒顔色・体温・脈・血圧等に異常がない事。
- ・水分補給⇒入浴前に水分摂取するようにしましょう。脱水予防の為にも大切です。

※ 耳寄りな情報【アピックス住設部】より
今年の夏もかなり暑いぞ！

がんばろう東北復興生活応援キャンペーン中！

熱中症を防ぐ為に、エアコンの設置を是非！
(扇風機との併用をオススメします)

相談は、当社まで(電話0248-76-6300)
お問い合わせ下さい。

●シャワー浴も活用しましょう

体力が衰えている高齢者でも座位が保てれば夏場の入浴はシャワー浴がおすすです。体力も入浴の時に比べればそれほど消耗しません。何といてもシャワーを浴びる爽快感が良いですね！(シャワー浴は夏向きです)

シャワーでは身体が温まりにくいので足にはお湯を張ったタライを、肩にはタオル等を掛け、シャワーで十分にお湯をかけます。

- ① シャワー浴は短時間で済ませましょう。
- ② 本人が洗える所は、本人にまかせましょう。

※お尻・背中等は1人では洗いにくいですが、ヘルパーや福祉用具の活用で容易に行う事が出来ますので、一度担当のケアマネージャー又は福祉用具専門相談員にご相談なさってみてはいかがでしょうか？

浴室の介護改修はご存知ですか？

※現在のお風呂を専門家の指導を受けて、快適に高齢者も入浴が行えるように工夫出来ますよ！

- 浴槽の高さを調整したり手すりを取付けることで、高齢者がより安全に1人で入浴できるようになります。転倒防止の為に、浴室・脱衣室もすべりにくい床に変更すると良いでしょう。呼び鈴等で合図出来る様にしておけば、いつでも呼べると思うと安心して入れるでしょう。

【夏の福祉用具キャンペーン】

蒸し暑く、じめじめする梅雨の季節に
入浴用品はいかがですか？
お家のお風呂でさっぱり快適に過ごしましょう！

* キャンペーン対象商品一例 *

(特定福祉用具・入浴用品全機種)



①



②



③

特価商品	商品名	定価	値引後
	① 折りたたみシャワーベンチIS座面角型 (レッド・ピンク・ブルー)	¥25,200	¥17,700 介護保険購入¥1,770(1割ご負担)
	② ステンレス製浴槽台R“あしぴた” ソフトクッションタイプ(レッド)12-15cm	¥17,325	¥12,200 介護保険購入¥1,220(1割ご負担)
	③ 入浴グリップ(パナソニック) N-130・N-200	¥25,200	¥18,900 介護保険購入¥1,890(1割ご負担)

★今ならご購入された方全員に
よもぎエキス配合・素肌にうるおい
薬用バスソルトをプレゼントします！



30g×5包入

★1万円(税抜)以上ご購入の方は
薬用バスソルト か **すべり止めマット** が選べます
(すべり止めマット:浴槽の底に敷いて安全に入浴することができます)
(色:グリーン 幅36×長さ73cm)



期間 2013/6/17～2013/8/31まで