



平成 29 年 1 月 23 日



新年あけましておめでとうございます。皆さんにおかれましては健やかな新年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。

本年もスタッフ一同、皆さまにご満足頂けるサービスを心がける所存でございますので、何卒昨年同様のご愛顧を賜わりますよう、お願い申し上げます。

本年が皆さまにとって良い年になりますようお祈りいたします。

医療法人 三和皮フ科  
院長 三和拓人



～お肌は優しく洗ってください～

1月に入りまして、すっかり朝晩含めて寒い日が続いております。昔と比べたら温暖化の影響か雪もずいぶん少なくなりましたが、それでも時々降っては溶けてを繰り返しています。こんな時期に多い病気が、やはり乾燥性湿疹。今月は乾燥性湿疹の原因となりうるお風呂での洗い方について述べていきます。



石けんを十分に泡立てておきます。首や関節などは、しわをのばして洗いましょう。

皮膚の状態を感じながら、できるだけ素手でやさしく洗いましょう。こすりすぎると皮膚を傷つけてしまうので、注意しましょう。



赤み(炎症)があるところもできるだけ泡で洗ったほうが良いですが、赤みがひどい時、しめる時などは無理せず、ぬるま湯で洗い流すだけでも汚れはとれます。

# からだのすすぎ方・ふき方

## すすぎ方

泡が残らないように、ぬるま湯でよくすすぎましょう。特に、耳の裏、首の後ろなどは、泡が残りやすいので、気をつけましょう。

※①や②のすすぎ方をするごとでお湯が耳に入りにくくなります。



△耳の裏のすすぎ方①



▼耳の裏のすすぎ方②



こすらないようにやさしく包むようにふきましょう。

## ふき方

### 赤ちゃんの洗い方

汚れがたまりやすい首やわきの下などのしわをのばして洗いましょう(①)。



搔いてしまう場合は、片手で両手をつまんで洗うのがポイントです(②)。

首がすわっていない赤ちゃんの場合は、片手で首を支えてしっかり固定して洗います。

すぐ時は首やわきの下などに泡が残らないようにしっかりすすぎましょう。

石鹼を十分に泡立てて、体を優しく洗ってください。そうすることによって肌が傷つきにくくなり、必要以上に皮脂や水分を落とす事なく、肌の保湿が保てるのです。特に子様の皮膚は柔らかい分傷つきやすく、この入浴時の洗い方・すすぎ方が大事なのです。



## 新しいスタッフが増えました☆



仕事を覚えることで精一杯ですが、笑顔を忘れず一生懸命頑張りますので、これからよろしくお願いします。  
和田さくら



新人で分からぬことが多いですが、いち早く仕事を覚えて精一杯頑張ります。どうぞよろしくお願い致します。川尻文乃

医院：各務原市那加桜町 2 - 368

Tel 383 - 6800

自宅：各務原市三井北町 1 - 171

Tel 382 - 1437

三和ゆき後援会事務所（三和皮フ科北） Tel 371 - 5558

三和皮フ科HP : <http://miwahifuka.org/>