

# 志貴野長生寮デイサービスだより

## 3月

令和3年

第22号

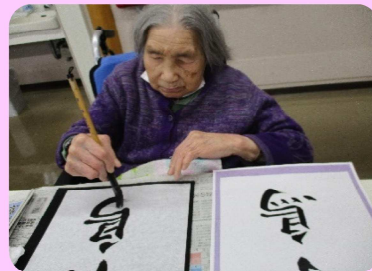
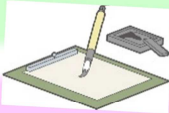


かわいいお花  
になるかなあ？

### 季節の制作



### 書道



上手にかけた♪



# 保健だより 「乾燥肌ってどうして起きるの？」

——肌がかさかさしている！潤いを感じられない！！——

冬は1年のうちで最も湿度が低く、空気が乾燥する季節です。

最近では、エアコンなどにより、ほぼ1年を通して見られる肌トラブルです。皮膚から水分がどんどん失われ、水分と皮脂のバランスが崩れ、皮膚の乾燥が起こります。

## 【予防法】

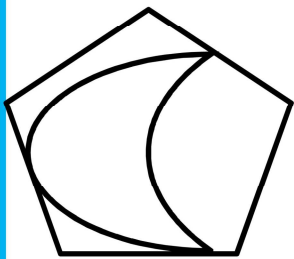
- ①加湿器の使用。
- ②42℃以上のお湯に浸からない。長湯をしない。
- ③入浴時、ナイロンタワシなどでゴシゴシしない。
- ④ビタミン類の不足に気を付ける。

バランスのいい栄養  
摂取と保湿剤などを  
上手に使用して、防ぎ  
ましょう！

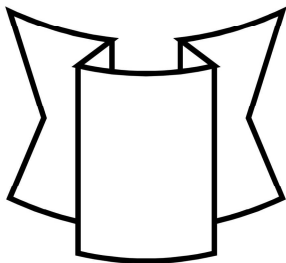
# 頭の体操

一筆書き出来るのはどれだ？

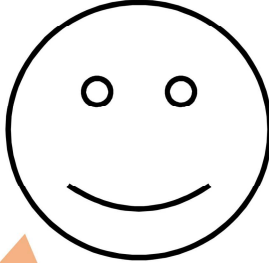
①



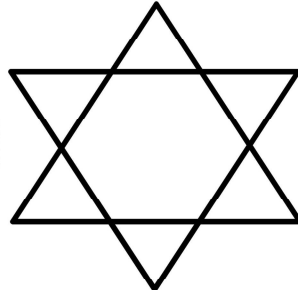
②



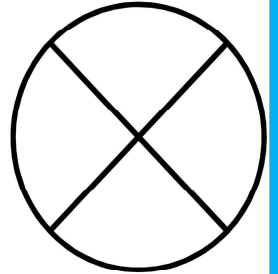
③



④



⑤



答えは2つ!!

答え: ①、④

肥後(熊本県)の海に  
毎夜光るモノが現れる  
というので、役人が見に  
行くと果たして因のよ  
うなモノが出現した。  
私は海中に住むアマ  
ビエと申すもの。今年  
から6年間は諸国で  
豊作が続くが、病も  
流行する。早々に私の  
姿を写して人々に見  
せよ」と言って海中に  
消え去ったという。

新型コロナウイルス封じて  
流行中の「アマビエ」  
の正体とは？



疫病退散!!



2月の壁面

