

ハンツウジャンプ!

川柳はじめませんか?



言いたい事、例えば景色に感動した、社会情勢が気になる、家族の態度が面白かったなど日常生活の描写。私はウクライナに戦争をしかけたプーチンさんが嫌だし、その肩を持つトランプさんも気に入らない。

プーチンが作るトランプ茶番劇



買い物してレジに並びました、お金を払う時
何度も「お金を入れてください」と機械が言います。

金入れろせっかちなんだ「セルフレジ」



良い悪いあまり気にせずまず川柳



三次支部 上杉 一益



えのかわ訪問記



まだまだ寒さが厳しいですがいかがお過ごしでしょうか?

訪問していると肌がカサカサしてかゆみを訴える方が多くあります。

冬は空気が乾いているためお年寄りの方は特に肌がカサカサするとかゆみの原因になることがあります。

入浴や、洗顔の後にはできるだけ早く保湿クリームやワセリンを塗り肌のうるおいを守りましょう。

顔だけでなく、手や足など忘れずにケアすることが大切です

また、冬はのどの渇きを感じにくく水分を摂る量が少なくなりがちです。

のどがかわいていなくても、白湯やお茶などを少しずつこまめに飲むように心がけましょう。

肌の手入れと水分補給を続けることで元気に冬をのりきっていただければと思います。



在宅介護・療養のご相談は、えのかわへ

TEL : 0824 - 64 - 8444