

令和7年2月号

ふくじゅそう便り

株式会社ふくじゅそう

☎ (0982) 50-1414

<https://www.fukuju-hyuga.com>



2024
健康経営優良法人
Health and productivity

1月の凍てつく寒さもようやく緩みはじめ、層の上では春が始まる頃となりましたが、いかがお過ごしでしょうか？

さて、2月といえば「節分」ですね。節分には豆まきはもちろんです。近年は恵方巻をその年の良い方角とされる恵方に向けて恵方巻を食べるという風習も定着しています。恵方巻は「福を巻き込む」という意味を含めた巻き寿司のため、七福神にあやかり7種類の具が入った太巻きが望ましいとされているようです。では、恵方巻きをいつから食べるようになったか？確かな起源はありませんが、江戸時代から明治時代にかけて始まったとする説が有力と言われています。当時、商売繁盛や無病息災を祈願する風習として始まったのが最初ようです。今年の恵方は「西南西」です。それでは、今月も楽しく元気に過ごして参りましょう。

(株)ふくじゅそう 職員一同

素敵な花をありがとうございます



スイートピーも飾られています。
ひらひらした花びらが華やかです

児玉生花さんがとても豪華なお花を届けて下さいました。ホームとデイそれぞれ玄関に飾っております。



ホームでは、訪問カットサービスによる散髪を定期的に行っています。お写真は昨年暮れに行った時の様子です。理容師の方と談笑したりして利用者様も楽しそうです。散髪を終えた利用者様はとてもスッキリとされました♪



介護でお困りことはないでしょうか？
ふくじゅそうでは、介護付きホーム、デイサービス、居宅介護支援事業所の職員が心身ともに健康な生活をサポートする介護を提供いたします。
何かございましたら、お気軽にご相談下さい。



介護に役立つ情報発信

今回は爪切りについてお話しします。

- ①介護者は、爪そのものに異常（巻き爪、爪疥癬などで厚くなっているような爪）がなく、爪の周囲の皮膚にも化膿や炎症がなく、かつ、糖尿病等の疾患にともなう専門的な管理が必要でない場合に、その爪を爪切りで切る事、および爪やすりでやすりがけする事ができます。
- ②爪の角は丸く切ると、巻き爪になる恐れがある為、指の輪郭に合わせ、ほぼ真っ直ぐな形に切るようにするのがポイントです。
- ③爪の長さは100日に約1cm伸びると言われています。
- ④伸びた爪は搔いた時に皮膚に傷を作ったりして、その部分から二次感染を引き起こす事がありますので気を付けましょう。
- ⑤足の爪は、つま先を保護するだけではなく、身体が揺れたり倒れたりしないようにバランスをとる役割をもっています。
- ⑥高齢者は、加齢とともに爪が硬くなったり、爪と皮膚の間に汚れが溜まったりする為、入浴後など柔らかくなっている時に爪切りを行います。
- ⑦爪には異常がなくても、関節リウマチなどで指の変形や拘縮などがある場合は注意が必要です。

【正しい爪の切り方】

- ポイント①. 一度に切ろうとせずに、真っ直ぐに何回かに分けて切っていく
ポイント②. 爪の白い部分が少なくとも1mm残るように切る
ポイント③. 形は指の輪郭に合わせる
ポイント④. 角を丸く切ったり、白い部分が無くなるほど深く切らない



上手な爪の切り方

スクエアカット



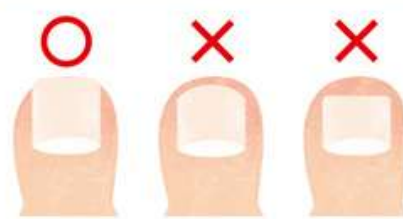
まず、この形にカットする。

スクエアオフ



次に、角がとがっていると危険なので、カーブにそってカットする。

正しい爪切り・悪い爪切りの例



バイヤス切り 深爪

爪の先の白い部分が1ミリくらい残るように切る。角をバイヤス（45度）に切ると巻き爪の原因になる。