

今年も一年大変お世話になりました



1月1日の大地震から始まった怒涛の一年が終わろうとしています。皆様にとってどのような一年だったでしょうか？すまいるでは新しいスタッフが増えたり、新たに自費サービスを開始したりと少しずつですがさらに進歩した一年だったと思います。来る2025年が皆様にとって幸多き一年となりますようにお祈りし年末のご挨拶とさせていただきます。一年間ありがとうございました。

誠に勝手ながら、令和7年より年賀状による新年のご挨拶を遠慮させていただきます。

現在の訪問受け入れ可能枠

看護師による訪問

(令和6年12月1日現在の情報となります)

	月	火	水	木	金
午前	△	○	○	○	△
午後	△	○	◎	△	○

リハビリによる訪問

	月	火	水	木	金
理学療法士	△	△	△	○	○
言語聴覚士	△	△	△	△	○
作業療法士	△	◎	○	○	○

◎：余裕あり ○：空きあり △：ご相談ください

空き状況には変動がありますのでお気軽にお問い合わせください。



0859-36-8030

すまいる訪問看護リハビリステーション

住所：米子市両三柳 693-3

HPはこちらへ↓

営業時間：平日 8:30~17:30

(盆・年末年始除く)

訪問エリア：米子市、境港市、日吉津村





保湿剤で肌を守りましょう

高齢になると皮膚が薄くなり、弾力性が低下し乾燥が生じます。そのため外的刺激に対して弱くなり、傷がつきやすくなるなどトラブルが生じやすくなります。また、乾燥から痒みが生じ、掻きむしることで傷になりやすくなります。

保湿剤を塗ることで、低下してしまった肌の機能を補うことができます。

入浴、手洗い、体拭きの後など肌がきれいなうちに早めに保湿剤を塗りましょう。

「**薬を塗った肌にティッシュがくっつき、少しテカリが出るくらい**」が目安です。

◎べたつきが気になる方は**ローションタイプ**がおすすめ



テカッと光る

ティッシュが
貼り付く

例えば

ニベア



キュレル



ベーテル

(すまいるで取り扱いあり)



処方されるものでは
ヒルドイド
プロペトなど…



他にも薬局、ドラッグストアで多くのものが売られています。
何を使えばよいかわからない時は、ぜひご相談ください。



☆すまいるコラム☆

島根県松江市出身の3人組バンド
Omoiotake(おもいのたけ)が大晦日の
NHK紅白歌合戦に初出場します。今年
ドラマ主題歌になった『幾億光年』が大ヒット！
数年前から応援していて、ライブに行っては
県内外に友達を作って、一緒に楽しんでいます。
ぜひ音楽を聴いてみて下さい♪♪♪ 中島

