

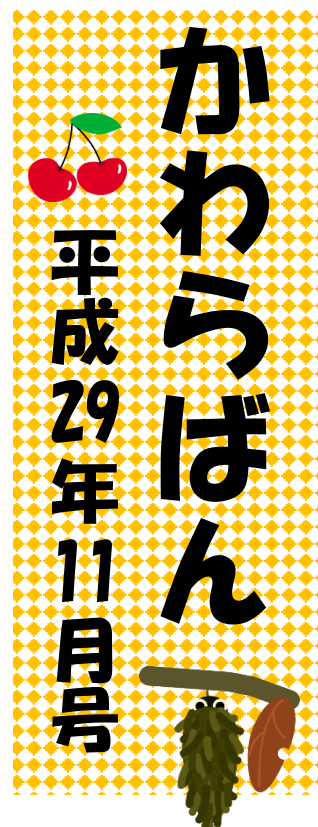
11月10日は トイレの日



ご存知でしたか？11月10日は『トイレの日』なんです！
日本トイレ協会が1986年に「いい(11)トイレ(10)」
の語呂合わせでトイレの日と制定しました。人が一生の間に使うトイレの
回数は約20万回と言われています。私たちにとって、トイレは無くしては
ならない存在ですね。では、ここで皆さんに質問です！！
皆さんの家のトイレにはペーパーホルダーが備え付けられていると思いま
すが、便器に座ってどの位置に付いていますか？？

①右側 ②左側 ③前側 ④後側

とある統計からは、僅差で左側に付いているお宅が多いそうです。実は左
側にあるのは理にかなっているようで、日本人は「右利き」が多いため、
ホルダーが左側にあると利き手でペーパーをちぎりやすいのだとか。そし
て右側ホルダーは左側より紙を多く使うというデータがあるそうです。
また、年収1,000万円以上の方が住んでいる家は、群を抜いて左側にペ
ーパーホルダーがあるお宅が多いそうですよ！！これは、左側にペーパー
ホルダーがあるから年収が増えたのか…因果関係は分かりませんが、
面白い統計ですね。これからトイレのリフォームをされる方、新築
される方、物件を探す方は参考にしてみてください♪



「老人性乾皮症」これからの季節、注意が必要です！！

老人性乾皮症は、高齢者の9割以上が発症するとされる病気で
す。肌の乾燥や痒みが特徴で、空気が乾燥する秋から冬、春先
にかけて発症する事が多くないます。まず痒みなどの症状がある場合
は受診する事が大前提ですが、保湿する事で痒みを抑える事がで
きます。また、熱いお湯の入浴は皮膚がふやけて剥がれやすくなる
ため、ぬるめの温度のお湯に浸かりましょう。肌の保湿に欠かせな
いビタミン類(特に牛乳・レバー・卵)を摂取する事で、皮膚の新陳
代謝を促しバリア機能を高める作用があります。

温電法をご存知ですか？

福島ウェルでは、手技の他に
【温電法】を使用します。
温電法とは…？
まず(おんあんぽう)と読みま
す。これは局所の血管拡張・血
液やリンパ液の循環促進・細胞
の新陳代謝を促す医療用具で
す。知覚神経に作用して筋の緊
張を和らげる効果があります。
また、腹部や背部・腰部への温
電法は、腸蠕動を促し自然な排
ガス・排便を得られます。
しかし温電法を使用するには、
主治医の同意が必要です。医師
から必要と指示が出た際には、
マッサージ師が手技と併用し、
使用しております。これからの
時期は特に下肢の冷え・浮腫が
目立つ時期になりますので、ぜ
ひ温電法を覚えてください♪

ツボのワンポイント講座

「腰腿点(ようたいてん)」ぎっくり腰に効果的☆
医学的な病名は急性腰痛と言います。
重い物を何気なく持った時や、普段と変わらないい
ふとした動作で腰にととも鋭い痛みが生じる辛い症
状です。そんな、誰でも起こる可能性があるぎっくり
腰になった時に活躍してくれるツボがコチラ☆
手の甲の人差し指と中指・薬指と小指の骨の付け
根の間(左右同様)にあります。※あまり強く押しすぎない



《営業担当》

武田 ・ 菊地
箭内 ・ 谷
渡部

訪問リハビリマッサージの

福島ウェルフェアサービス

郡山市堤二丁目 170 番地

TEL 024(951)8700

FAX 024(951)2001



お電話
お待ちしております！

福島ウェルフェアサービス

