

住まいの豆知識

みんなが安心してお風呂に入れて・・・健康家族

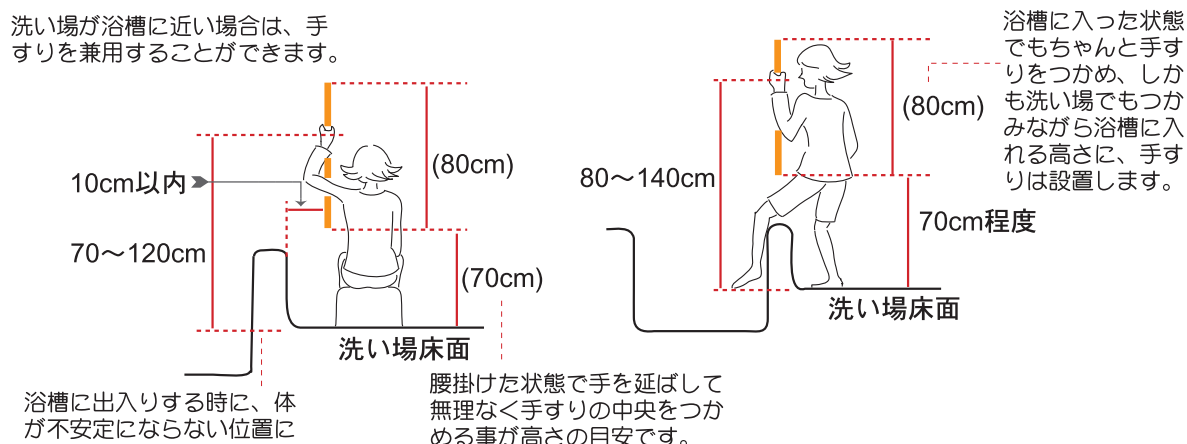
浴室は、床面が濡れていて滑りやすく、事故のおこりやすい場所です。
しかも入浴の際には、座ったりかがんだり・・・さまざまな複雑な行為をせねばなりません。

足腰が弱くなった方には特に大変。

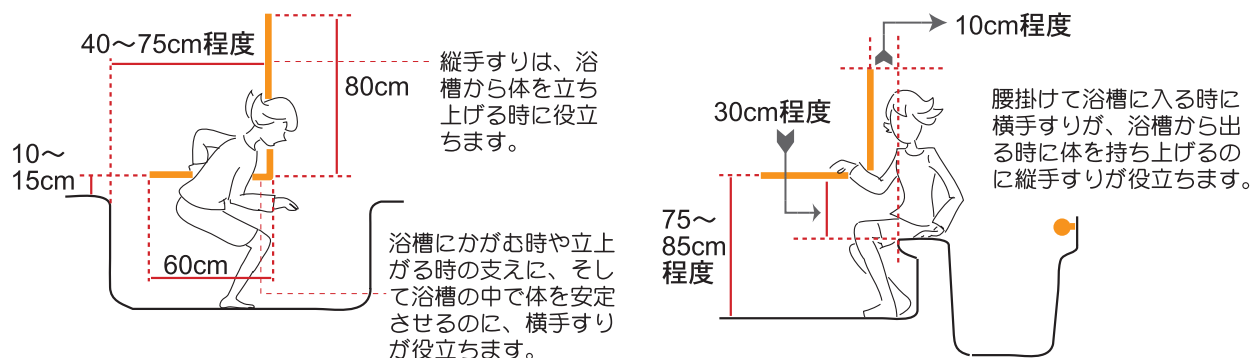
シャワーでは、やっぱり寒いし、健康な汗がかけません。

手すりは、そんな安全な入浴を助けてくれる大切な道具です。

1、 洗い場で体を支えたり、立上がったたりするのを補助してくれる縦型手すり



2、 入浴の際に体を支えたり、浴槽への移動を助けてくれるL型手すり



手すりをつける時に大切なのは、ひとりひとり適切な位置が違うということです。

背の高さや利き手、不自由な体の部位・・・役立つ手すりの位置は十人十色。

役立つ手すりにするためには、必ず仮設置した状態で確かめてみる事。

使いやすい位置を使う人自身が確かめてから手すりを設置するのが最も間違いのない方法です。

！手すりについてのご相談・ご質問は、お気軽に、経験豊かなエフビースタッフにお寄せ下さい！

ビッグベアーの
知恵袋

☆低血圧の人には朝風呂がお勧めです。入浴によって血管のスムーズな収縮が行われ、循環器系が円滑に働き始めるからです。

☆睡眠の質が落ちてきたなと感じたら、朝食をしっかり摂りましょう。朝食で得た栄養分が脳の活動レベルを高めると、一日中元気に仕事ができ、夜はぐっすりと眠りにつくことができます。



有限会社エフビー

神戸市兵庫区小松通5丁目2番9号
☎ 078-681-1467 fax 078-681-1477

代表 大熊 智己