



## 上手な手袋選び



ようやく暑さから解放されたと思ったら最近朝晩冷え込んできて今度はマフラーや手袋が恋しい季節となりました。

手袋の始まりは鎌倉時代に武士が使用した『籠手(こて)』と言われていました。また、生産地では香川県が日本一で、全国生産の90%を占めています。手袋は防寒用としてはもちろんですが、工事や農作業、医療、スポーツ、そしてファッションとして等々、様々な場面で用いられています。今回は、防寒用手袋の種類と素材の特徴について紹介します。

### ■ 形 Design ■ ■ ■

**スタンダード**な形は5本指に分かれているものです。

**ミトン**は、親指とその他の指のふたつに分かれた可愛い形です。鍋つかみにも使われている形ですね。

**フィンガーレス**は、指のないタイプで、作業がしやすくなります。

**ツーウェイミトン**は、親指以外の4本を外すとフィンガーレスとなります。暖かさと作業性を求めた形となっています。

### ■ 素材の特徴 Material ■ ■ ■

**天然皮革**(牛、羊、鹿)は、フィット感があり耐久性に優れています。使い込むほど風合いが良くなります。

**合成皮革**は、繊維の上にポリウレタンなどの合成樹脂を張ったものです。防寒性に優れていますが、摩擦に弱くなります。

**天然繊維**(ウール、カシミア、アンゴラ、綿)は、肌触りが良く、保温性、保湿性、伸縮性に優れています。縮み易く、毛玉が出来やすいのが難点です。

**化学繊維**(アクリル、ナイロン、ポリエステル)は、軽くて乾きやすく、耐久性に優れています。吸湿性が少ないため、静電気が起こりやすいです。

このように見た目はもちろんですが、暖かさや機能性も異なります。洋服や場面に合わせてコーディネートするのも楽しいですね。



## セカンドライフサポート 暮らし方の提案

寒さ対策は早いうちに！冬がくる前に知っておきたい暮らしの防寒術を提案いたします。

### ◆ 寒さが骨身にしみる！

お部屋の寒さ対策は窓と床が肝心！

- ・窓は冷気のたまり場！ひんやり窓に断熱機能のプチプチでおなじみのエアパッキンが効果的！
- ・床にたまった冷気を扇風機やサーキュレーターで空気を循環！
- ・ラグやカーペットを敷く！それでもダメならアルミシートを敷く！
- ・階段から冷気が…！2階から下りてくる冷気はカーテンで防ぐ！
- ・キッチンマットは必需品！見栄えよりも機能性を重視！

### ◆ 寒くて眠れない！

足先が冷えているときの対処法！

- ・湯たんぽや電気器具で暖を取る！
- ・靴下や毛布で足を温める！吸湿性と放湿性に優れたシルクや締めつけない靴下をはく！
- ・寝る30分前に手足を軽く回したり、首を温めたりする！



ちょっとした工夫で防寒対策ができますので、試してみたいかがでしょうか！！

セカンドライフサポート担当：高橋

水本グループ  
介護支援スタッフが様々な情報をお届けします！

## 有料老人ホーム シルバーマンション本宮



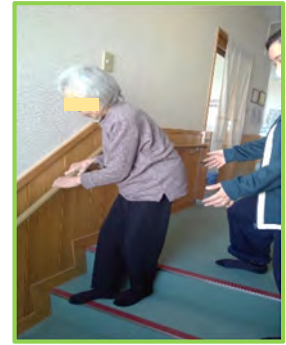
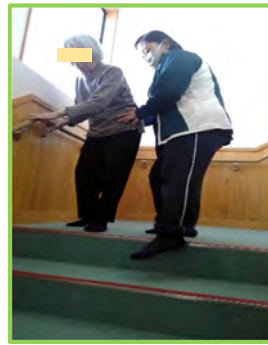
シルバーマンションは小規模のため、時間がゆっくりと流れ静かで穏やかな雰囲気となっております。各入居者様は自室で思い思いに余暇時間を過ごしたり、ホールで談笑する等、自分のペースで自分らしい生活を送られております。

皆様に大変好評なのは、本宮に居ながら『百万石の温泉』に入れることです。ご入浴の際には皆様から「体がポカポカと温まって気持ちがいい」、「関節の痛みが和らぐ」と、嬉しいお言葉を頂いております。

入居者様の誕生日になると、厨房からひと口ケーキが贈られ、皆様一緒に祝います。小規模な施設だからこそ全員が家族のような温かみを感じております。

近年、様々な災害が起こっており不安な日々を過ごされる方も多いと思います。こちらではデイサービスセンター百万石本宮と合同で避難訓練を行い、＜水害＞・＜火災＞・＜その他災害＞に十分備えております。全利用者様が安心して生活できる環境を提供できるよう努めております。

### 避難訓練の様子



◆足元に気を付けて・・・



◆消火活動開始！！



<編集後記>

### 羨ましい親子展

絵画展を見に行きました。友人のYさんと娘さんの親子展です。娘さんが美大に進学したことは知っていましたが、Yさんが絵を描くとは思っていませんでした。何年ぶりの再会でしょう。最後に会ったのは娘さんが小学校高学年の時でしたから、15年ほど経つでしょうか。

早く到着したので、ロビーで待っていると最初に現れたのは娘さん。お母さんそっくりの細身で色白な女性に成長していました。声をかけると「もうすぐ母が来ますからご覧になってお待ちください。」と、気遣いの言葉。作品のほとんどは抽象画で、ほんわりとして温かい色合いです。彼女のやさしさが伝わってくるようでした。絵を楽しんだ後は近況報告で盛り上がりました。絵を描くようになった動機や、子供たちが何歳になったとか、ペットにミニブタを飼いたいとか……。とても楽しい時間を過ごしました。親子の関係がとても羨ましく思った絵画展でした。



株式会社 水本 セカンドライフサポート係  
〒028-3615 岩手県紫波郡矢巾町南矢幅 6-606

お気軽にお電話ください。

TEL.019-697-1500