# 訪問入浴介護　空き状況

いつも大変お世話になっております。
ふくしのまち秩父（訪問入浴）の空き状況をお知らせいたします。
急な御依頼、短期のご依頼でも対応いたします。
何かお困りの事がありましたらご連絡ください。

訪問エリア：秩父市・横瀬町・皆野町・長瀞町・小鹿野町

| 曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 | ○<br>11：30 | △ | ○<br>11：40 | ○<br>11：40 | ◎<br>9：00<br>10：00 | ○<br>11：50 |
| 午後 | ○<br>15：30 | △ | △ | ◎<br>13：10 | ○<br>13：00 | △ |

＊時間については目安となっております。
＊日によって訪問エリアが限られておりますので、空き状況についてはお電話にてご相談下さい。

## 1日の始まりをお風呂から始めてみませんか？

午前中ゆったり入浴を行うことで、さわやかで快適な1日に！

## 訪問入浴 午前中の風呂のメリット

**その①**
朝から看護師による健康チェックができます！（血圧・体温・脈拍・必要時の処置等）

**その②**
就寝中はコップ1杯程の寝汗をかきます。寝汗を流すことで体臭を予防します。

**その③**
朝 湯船につかることで副交感神経に働きかけ、筋肉や心の緊張を和らげリフレッシュできます。

**その④**
寝入りは体温が下がる仕組みで、就寝中は代謝も低下する為、目覚めた時は体温が低い状態です。
湯船につかり血行促進することで代謝を上げ、身体が芯から温まります。
また、発汗を促し余計な水分が排出され、むくみの軽減にもつながります。

**その⑤**
朝に着替えやシーツ交換ができるので、午前中に洗濯ができて日中しっかり乾かせます！

短期間やターミナルの方の入浴もお伺いさせていただきます。ご相談だけでも結構ですのでお問合せ下さい！！

㈱福祉の街　ふくしのまち秩父　　埼玉県秩父市阿保町2-7
TEL:0494-25-4787　FAX:0494-25-4792　担当：高橋