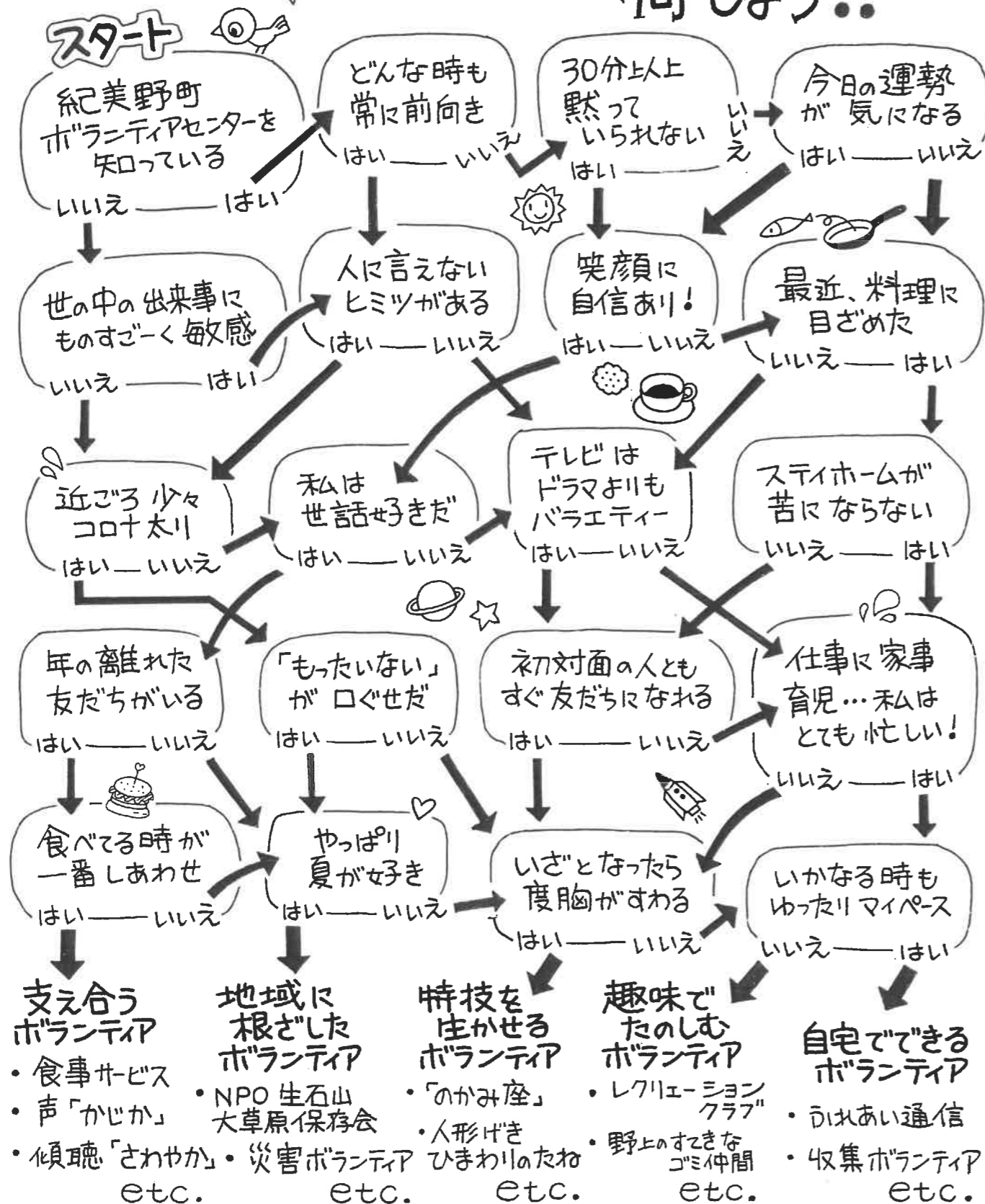


## ボランティア 紀美野町で何しよう!?



### 手話っち



唇の下につけた右手3指のつまみをこめがみにつける



軽く指を曲げた左手掌の上を右手親指と4指を開閉させて回す



人差し指を曲げた左手と右手をせ親指と4指を開閉して移動する

## — 身体の清潔のための介助 —

洗髪や洗顔、着替など、身体を清潔に保つための介助は衛生面だけでなく、介護される人にとって、さっぱりとした気持ちで心地よく過ごすためにもとても大切なケアです。上手なコツを覚えて、できるだけこまめなケアを心がけましょう。

### ● 洗髪 (ドライシャンプー)

- ① ケープをかけた後、タオルなどで肩から下を覆う。
- ② 蒸しタオルを1本用意し、頭部を覆う。
- ③ 1~2分蒸した後、ドライシャンプーを髪につけ、頭皮をマッサージするように洗う。
- ④ 蒸しタオルでシャンプーを拭き取る。これを何度か繰り返す (頭部を蒸しタオルで蒸すのは最初だけでOK)。
- ⑤ 最後に、乾いたタオルでよく拭き取る。
- ⑥ ブラシで整髪する。



ベッドから移動できない場合の洗髪は、用意する道具も多く大変です。通常は、入浴サービスのときに行うのがよいでしょう。  
! 家族が洗髪を行う場合は、お湯で流す必要のないドライシャンプーが手軽なおすすめです。