



福神 デイサービスセンターるびす

臭いの気になる時期になってきました！

コーヒーの粉や重層等、身近なもので消臭効果がある事は知られていますが、今回は『えっ！』と思うような方法をご紹介します。

①マッチ

マッチを一本燃やすと一瞬で嫌な臭いが消え去るそうです。頭薬に含まれる硫黄が燃焼することで二酸化硫黄が発生し、臭いの主成分である硫化水素と反応して水と硫黄に変えてしまいます。

②ぬれタオル

臭いがきつい時、天井に向かってパタパタと振ったりくると回したりすると、想像以上に臭いを吸収してくれます。

気温が高くなると同時に増してくる嫌な臭い!!!
空気が爽やかだと、暑さも逃げて行きます!!!



担当:美濃羽

ツジ薬局 ドラッグ部門

暑い日が益々続きます。お風呂で汗をすっきりさせたい方におすすめ商品!!!



頭をすっきりさせたい方

サンスターニックシャンプー 本体 598円

ギャツビーパーフェクトシャンプー本体 698円

体をリフレッシュさせたい方

バズCOOL 12錠 398円

爽快バズシャワー 598円

シーブリーズクールボディSP 698円



お気軽にお立ち寄り下さい。 担当:原



ツジ薬局 調剤部門

「紫外線に要注意!!!...②」 薬剤師:塚崎

今回は日焼け止めについてお話しします。日焼け止めの種類は様々ありますが、効果の違いはSPFとPAで変わります。

SPF...UVBを防御出来る指標で、SPF1は20分間UVBを防御出来るという意味です。つまり、SPF30であれば20分×30で約600分(10時間)UVBから肌を守ってくれます。しかし、数値高いからといって2~3時間しか外出しないのにSPF30を使用する必要はありません。

PA...UVAを防止する効果を表し、『+』の数で示されます。PA+は「日常生活」、PA++は「屋外での軽いスポーツやレジャーなどの活動」、PA+++は「炎天下でのレジャー、リゾート地でのマリンスポーツ等」、PA++++は「非常に紫外線の強い場所や、紫外線に特別過敏な人たち等」

日焼け止めは肌かなりの負担をかけます。必要以上に強いものは使用せず、帰宅後はすぐに落とすようにして下さい。



ツジ薬局 賃貸住宅

「夏のむくみにご用心！」

むくみは、血管からしみ出た血液の血漿(けっしょう)成分が再び血管に戻れなくなり、余分な水分が皮膚の下に溜まった状態のことを指します。水分は下方に滞りがちなので、症状の大半は足に出ます。足の筋肉が弱い女性や高齢者の方は、血管に圧力がかかりにくい為、血管内に血漿を戻す力が弱く、また、血液が押し上げられにくくて特にむくみやすくなっています。

夏は体温を下げようと血管が拡張する為、血漿が多くしみ出しやすくなります。また、冷房による体の「冷え」で血流が悪くなるのもむくみを助長します。

足を高くして休息する、むくみ対策機能がある靴下を着用する、足の筋力を鍛える、服装や食べ物に気を付け体を冷やさない、などの工夫をしましょう。 担当:伊藤(智)

