

地域の皆さまの健やかな毎日のために

ユースキン

参加無料

ハンドケア講習会

開催



開催場所：蜂ヶ峯総合公園

開催時間：5月14日9時～17時

正しいハンドクリームの塗り方をお教えします。
手あれのない健やかな手肌を目指しましょう！

① 手肌の水分量を測定します

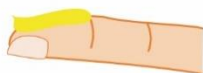
肌水分計を使って水分量を測定し、チェック表に記入します



水分量	測定	記録
44%以上	しっとりあまい手肌	<input type="checkbox"/>
43%		<input type="checkbox"/>
42%		<input type="checkbox"/>
41%		<input type="checkbox"/>
40%	健康(乾燥に注意)	<input type="checkbox"/>
39%		<input type="checkbox"/>
38%		<input type="checkbox"/>
37%		<input type="checkbox"/>
36%		<input type="checkbox"/>
35%		<input type="checkbox"/>
34%		<input type="checkbox"/>
33%	乾燥(ハンドケア)	<input type="checkbox"/>
32%		<input type="checkbox"/>
31%		<input type="checkbox"/>
30%		<input type="checkbox"/>
29%		<input type="checkbox"/>
28%		<input type="checkbox"/>
27%	とても乾燥(ハンドケア)	<input type="checkbox"/>
26%		<input type="checkbox"/>
25%		<input type="checkbox"/>

② ハンドクリームの適量を知ろう

通常の場合



指先から第1関節まで

手あれがひどい場合



指先から第2関節まで

③ 講師と一緒にハンドケアを実践します



④ 最後に、もう一度手肌の水分量を測定します

START

手肌の水分量はどのくらい変わるかな？

