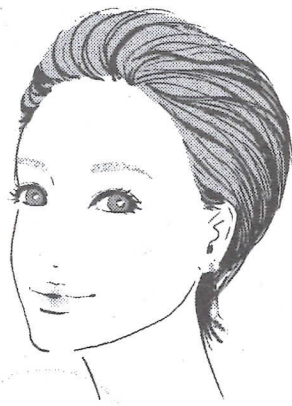
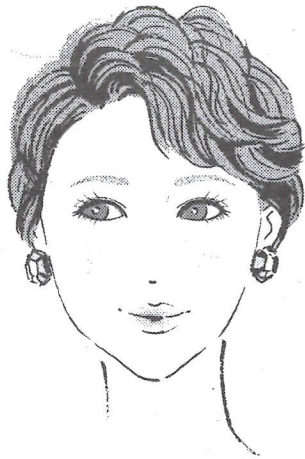


明日はわが身の...

伴走介護

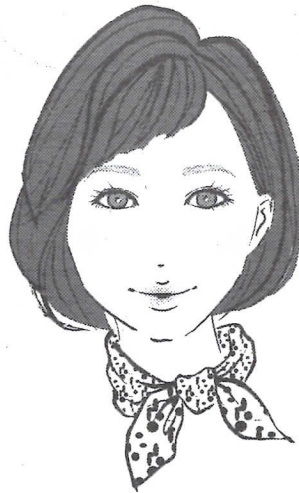
Autumn Hair Style 2018

トレンドは毛染めをしない自然な髪色。強めのパーマで華やかに。サイドは耳たぶ半分くらいの長さでピアスを引き立たせて。



オールバックで顔や耳まわりもしっかり出すと、活発で明るい印象。セットもしやすい。襟足を長めに残すのが“今どき感”。

若々しいアシンメトリーの前髪がこの秋の決め手。片耳にかけて生き生きとした印象に。くせ毛でもまとまりやすい。



後ろに丸みを持たせ、髪は大胆に短め、サイドはかけて前下がりのラインを強調。頬を覆う長めのサイドの髪で小顔効果も！

爪にカラーを！ ネイルでQOL向上。介護予防や認知症改善にも期待が！

髪形があるのは、心が外を向いている証拠。この気持ち大事にしてほしいのです。

「名前を人に伝えることだ。名前でしょ？」
こんな意気揚々とおしゃべりな高齢者をどんどん増やした

「そんな遠慮さんには、この秋おすすめの新色アゲヘアスタイルを聞いた。これを機に親とヘアスタイルの話をしてみてはいかがだろうか。」

ヘアスタイルと同様に、ネイルも女性にとっては心躍る美容の1つ。手肌を手入れし、美しいネイルアートなどを施せば、気持ちがあふさいでいるときにも指先に目が留まり、うっとり見たりもする。

この不思議な癒しのパワーを介護予防や認知症改善に生かせないかという研究が、文部科学省の科学研究助成事業として採択され、行われている。

自分の美しい指先が自然と意識されるのです」
なお、佐藤さんらの研究は、2019年までに学術検証としてまとめられ、発表される予定だという。
好みのマニキュアを自分で塗るのも手軽だが、しやれたネイルアートを施してくれるサロンも増加中。また訪問美容tripsaionun.でも訪問ネイルを行っている。
秋らしい色や模様を選んでネイルアートを楽しむことで、認知症や介護予防にもなるなら楽しい！ 今日からせひ。



介護予防が専門の吉備国際大学准教授の佐藤三矢さん。理学療法士でもある。