



固形石鹼・三日月のマークで有名な花王グループの方々にお越し頂き
 ”おでかけ応援講座～フレイル&頻尿予防～”をテーマにご講演頂きました★
 花王の原点は高級固形石鹼。130年前に誕生しました。今や洗濯洗剤、歯磨き粉、
 ベビー用おむつなど生活でなくてはならない商品をたくさん展開されています♪
 その中で今回は大人用おむつを持って来て頂きました！サンプルを触って
 みると本当に薄く、手触りもすごく良かったです！最近では若い子達がライブの
 時など、すぐにトイレに行けない状況の時に履いているそうです♥
 実際、講師の先生も着用されていましたが本当に履いているの？と思うほど
 違和感がなくスッキリとしたスタイルでした★どれぐらいの吸収力があるのかを
 検証するためにパッドと青い水を使って実践して頂きました。
 濡れているはずのパッドを触るとサラツとしていて皆さん驚かされていました😊
 男性・女性で尿漏れが起こる仕組みが違うため、それぞれに合った体操法を
 教えて頂きました。男性も女性も骨盤底筋を鍛える事が重要ですが
 男性は腹式呼吸、女性はイスに座り背すじを伸ばし、膣と肛門をしめる事が
 良いそうです★どちらもテレビを見ながらいつでもできるので是非実践して
 みて下さい♪おむつという抵抗があるという声が多かったですが
 今回の講座で実際に商品を見て、触ってみた事で抵抗感が薄れた、
 試しに買ってみようかなという声がたくさん上がっていたので、
 良いお話が聞けて良かったなと思いました🐰♥



令和5年9月