

## 国保中央病院だより

国保中央病院 ☎ 32-8800

人の全身を覆う皮膚は、人体で最も大きな臓器です。面積は成人で1・6平方メートル、畳に換算すると約一畳分あります。重さは、体重の16%で、体重50kgの人の場合8kgになります。皮膚は表皮・真皮・皮下組織及び皮膚付属器(爪・毛・汗腺・皮脂腺)の4つの組織で構成されています。

また、皮膚は成人で28日周期で生まれ変わり、加齢と共にその周期は長くなります。

皮膚の機能として、バリア機能(水分喪失防止・保湿機能)があります。加齢によって角質の水分量やセラミドが減少し、バリア機

能が低下することでドライスキンになっていきます。その他に体温調節機能や静菌・緩衝作用があり、微生物や化学的刺激から体を守っています。

このように、皮膚は生命を維持するために必要不可欠なさまざまな機能を持っています。

健康な皮膚から生まれる生き生きとした印象は、対人関係にも良い印象を与えます。1日1回の入浴、シャワー浴などで身体の清潔を保つことが重要です。基本的なスキンケアを実践し健康な皮膚を維持しましょう。湿疹やかぶれなどの症状がある時は、専門医を受診してください。

## 基本的なスキンケアの方法

①せっけんを泡立て、たつぷりの泡で皮膚に余分な摩擦を加えないように洗浄する。

②せっけん成分が皮膚に残らないよう、40℃以下のぬるま湯で十分に洗い流す。

③ドライスキン傾向にある人は、保湿剤を使用し皮膚に潤いを与える。



▼ 50代女性の手



▲ 20代女性の手

## 試験職種(区分)・採用予定人員・受験資格

試験職種(区分)	採用予定人員	受験資格
行政職(上級)	5人程度	昭和58年4月2日～平成6年4月1日に生まれた人
行政職(初級)	若干人	平成2年4月2日～平成10年4月1日に生まれた人 ※ただし、学校教育法に規定する大学(短期大学を除く)を卒業した人、または平成28年3月末日までに卒業見込みの人を除く。

あなたのやる気まっすぐに生かそう

## 平成27年度田原本町職員採用試験

町職員任用試験委員会(秘書広報課内) ☎ 32・2901

第1次試験

9月20日(日)

第2次試験

11月1日(日)

(第1次試験合格者のみ)



## 受験申込方法・期間

● インターネット 8月4日(火)午前9時～11日(火)午後3時

● 郵送 8月4日(火)～18日(火)(消印有効)

※持参による申込は受け付けません。  
受験案内・受験申込書の入手方法

町職員任用試験委員会(秘書広報課内)で配布するとともに、町ホームページにも掲載しています。

http://www.town.tawaramoto.nara.jp/

## 注意

① 採用予定人員は現時点での見通しですので、変更になることがあります。

② 受験者の試験の成績が一定以下の場合、採用予定人員を減員することがあります。