

今年も残りわずかとなってまいりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

急に寒くなり風邪やインフルエンザが流行し、体調管理が重要な季節ですね。

ということで、今回は**風邪・インフルエンザ** 対策についてお話しします。

冬に風邪やインフルエンザが流行するのは、**乾燥** が大きくかかわっているとされています。

暖房器具によって室内が乾燥し、インフルエンザや風邪のウイルスが空気中を浮遊しやすくなる事が原因のようです。下記のような乾燥対策をおすすめします。

乾燥対策：室内の湿度は **50%～60%**

加湿器を使う

ぬれタオルを干す

洗濯物を干す

ストーブにやかんを置く



さらに寒さで体温が低下すると抵抗力が弱り、空気中をさまようウイルスが口や鼻から体内に侵入しやすくなります。**マスク**の使用が効果的です。

マスクの効果

口・鼻からウイルスが入るのを防ぐ

すでにかかっている人はウイルスの飛散を防げる

口・鼻の保湿ができる



フジソフトサージカルマスク
(50枚入り)

レギュラー：17.5cm

スモール：14.5cm

定価：356円

200円(税込)



この他に『手洗い』、『十分な休養と栄養管理』、『ストレスの軽減』なども効果のある対策です。

だんらんでは、お手軽価格の高性能マスク

『**フジソフトサージカルマスク**』をお取り扱いしております。

ウイルス飛沫・花粉 99%シャットアウト、特殊立体加工で鼻や口を圧迫せず、ウィリーゴムの耳かけですので、長時間使用しても耳が痛くなりません。

2箱からご注文いただけると幸いです。ご注文の際は担当営業までご連絡下さい。



だんらん福祉用具貸与販売事業所

TEL 025-530-3657

