

今年も やってきました… **花粉症** の季節です

花粉アレルギーの方へ、少しでもラクになる 対策をご紹介します！

☆外出から帰宅した際には、家に入る前に体に付着した花粉を落としましょう。

☆室内への花粉流入を防ぎましょう。窓は常時閉めておくのが基本ですが、換気する場合は、花粉飛散量の少ない早朝に行うのがベストです。

☆洗濯物は、部屋干しがベストです。浴室乾燥機、除湿機や扇風機が役立ちます。また、コインランドリーでの乾燥もおすすめです。スピーディーでふっくら仕上がります。

おらいの社員でGAS

今回は なごみの家きらり の佐藤 奈美 社員です。

Q 入社して何年目ですか？
A 2年目です。

Q 自分の担当している業務はなんですか？
A なごみの家きらりでの介護業務です。

Q 仕事で一番嬉しかったことはなんですか？
A 楽しくすごせたと笑顔で言われた時です。

Q 自分の性格はどうですか？
A ポジティブです。

Q 趣味、または特技はなんですか？
A 本を読むことが好きです。特技はありません。

Q もし一週間休みがあったらなにをしますか？
A 子供達と旅行がしたいです。

Q 最後に一言お願いします。

利用者様が楽しくすごして頂けるように頑張ります。

ようしくお願いします。

震災から5年…もう一度、地震時の心構えを…。

平成23年3月11日の東日本大震災から5年になります。時間の経過に伴い、私たちの心の中でも、当時の苦い経験が薄くなってきているのも事実です。

災害時には、一人ひとりが慌てずに適切な行動をすることが重要です。もう一度、地震時の心構えを見直しましょう。

①身の安全を守る

テーブルの下などにもぐり頭を座布団などで保護して下さい。



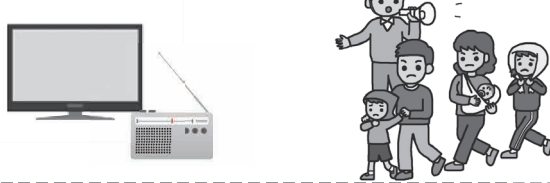
②火の始末をする

揺れがおさまったら、ガス機器の火を止めガスの元栓を閉めてください。
(強い地震の際には、ガスメーターの感震機能が作動しますのでご安心下さい。)



③揺れがおさまっても油断しない

家族、同居人の安全を確認してください。また、ラジオ、テレビから正しい情報入手することも大切です。



④日頃から備えを

最低でも3日間分の水や食料品を備蓄して下さい。
また、地域で定められている避難場所を確認しておくことも大切です。



はじめませんか 水素水生活

料理にオススメ 電解水素水モード

電解水素水は抽出力にすぐれています。出汁取りや野菜のアク抜きのほか鍋物でも、素材の味を引き立てます。また、ご飯の炊きあがりもふっくらし、いっそうおいしくいただけます。



乳児のミルクに
オススメ

浄水モード

洗顔、洗いに
オススメ

酸性水モード



効果・効能 / 胃腸症状の改善
※TRIM ION HYPERは、医薬品医療機器法第2条第4項の政令で定める医療機器であり、第6項の厚生労働大臣が指定した管理医療機器です。