



寒さが和らいで春の訪れを感じる季節になりましたが、今年は2月も暖かい日が多く、待ち遠しい春ではなかった気がします。寒くない方が有り難い人も多いでしょうが、地球温暖化など問題もあり、いいことばかりではなさそうですね。



## マスクを正しく着用しましょう！

新型コロナウイルスの感染予防対策として、マスクを着用する機会が増えましたが、皆さん正しくマスクを着用していますか？間違った着用の仕方では、せっかくの感染予防効果が低下する可能性があります。しばらくはマスクの着用が必要な生活が続くと予想されます。今一度、正しくマスクを着用できているかどうか確かめてみて下さい。（花粉症対策にも有効です）

### マスクのオモテ、ウラを確認する

鼻を固定させる箇所を上



ヒダが下向きなのがオモテ

ワイヤーがある方を上にするというのはよく知られていますが、表と裏を間違える人が結構います。見分ける方法は、ヒダの向きが上か下かで判断します。ヒダが下向きになっている方が外側になるように着用します。

ヒダが上向きになっていると、ウイルスやほこいなどが溜まってしまいますので注意しましょう。

### マスクのかけ方

鼻の両側を押さえ、外からウイルスやホコリが入らないようにピッタリとフィットさせる



1

鼻を押さえたまま、マスクをアゴの下まで伸ばす

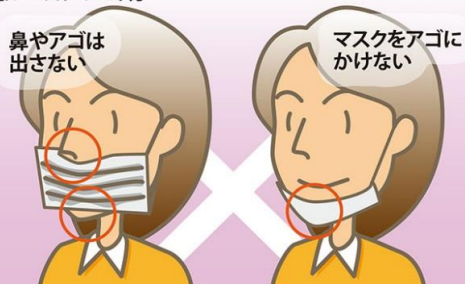


2

### 悪いマスクのつけ方

鼻やアゴは出さない

マスクをアゴにかけない



サイズもとても大切です。大き過ぎても小さ過ぎても効果に差が生じます。ご自身の顔の大きさに合ったマスクを選んで下さい。

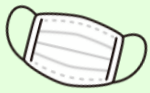
### マスクのサイズの目安

耳のつけ根の一番高いところに親指の先端をあて、鼻のつけ根から1cm下のところに人差し指の先端をあてる。その親指から人差し指までの長さがサイズの目安に。

9~11cm 子も用サイズ  
10.5~12.5cm 小さめサイズ  
12~14.5cm ふつうサイズ  
14cm以上 大きめサイズ

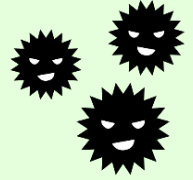


引用：一般社団法人日本衛生材料工業連合会



引き続き

# 感染症対策の徹底を！



栃木県は緊急事態宣言が解除されましたが、まだまだ油断はできません。いつも以上に手洗い、うがい、手指消毒など、感染症対策の徹底をお願いします。体調に異変を感じた時は、自己判断せず早めに医療機関で受診して下さい。



お体に関するお悩み等がございましたら、お気軽にご相談下さい。  
さくらのクリニック： ☎0285-37-1221



## 節分を行いました！



### 入所部門



### 通所部門



入所部門、通所部門それぞれに節分を行いました。豆に見立てた紅白の玉で鬼を退治して、福を呼び込みました！



さくら野では長期入所、短期入所、通所リハビリテーションを行っております。ご利用になりたい、どんな施設なのか知りたいなど興味のある方がいましたら、お気軽にお問い合わせ下さい。ご相談は随時おこなっておりますが、お待たせしてしまうことがございますので、事前にご連絡下さい。



ご利用・ご相談・ご見学に関するお問い合わせ： ☎0285-37-1110 担当:三村・玉田・大阿久



医療法人 さくら会

〒323-0061 栃木県小山市大字卒島110

TEL:0285-37-1221 FAX:0285-37-1640

http://www.sakura-ac.com

施設利用に関するお問い合わせ： 0285-37-1110 担当 三村・玉田・大阿久

採用に関するお問い合わせ： 0285-37-1221 担当 唐沢

さくら会 携帯サイト

