

# あなたのうがい正解ですか？



手洗い、うがい、マスクは当たり前の生活になりましたが  
皆さんはうがい薬はお使いですか？  
まだでしたら是非うがい薬の**SPTガール**  
をお勧めします！  
受付にて大好評販売中です！

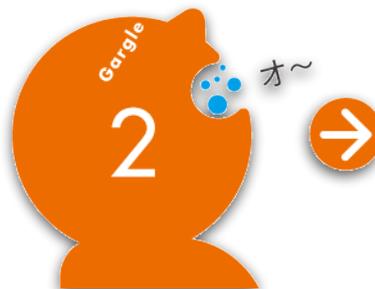
うがいは、繊毛運動のような本来が持つ防御機能を高めるとともに物理的な洗浄効果や、さらにうがい薬を使えば**殺菌効果**によって口腔やのどを清潔にします。その結果、のどの粘膜の機能が回復して活性化され、「口腔」を介する感染の予防や口臭の抑制が期待できます。

# 博愛会通信

令和3年  
5月号  
Vol.6



うがい液を口に含み唇を閉じて頬の筋肉を動かし、「グチュグチュ」と行い吐き出します。



もう一度うがい液を口に含み、上を向いて、「オ〜」と発声してうがいをします。  
(声が震えはじめると、口蓋垂の奥へ届いている証拠です)



もう一度うがい液を口に含み、上を向いて「オ〜」と発声してうがいをします。  
(声が震えはじめると、口蓋垂の奥へ届いている証拠です)

こんにちは！

衛生士の丹羽です。

先日、ブルーベリーの苗を買いました。ボール一杯に収穫できるのはまだまだ、先ですが気長に大切に育てようと思います^^  
ただ、ブルーベリーは1本では受粉しないので、あと2本は買わないといけならしいです。。



こんにちは！受付・助手の不破です！

最近は部屋のインテリアや配置に悩んでいます。少しずつ好みのグッズを増やすのが楽しいです！物がごちゃごちゃになって見えず、おしゃれに見せる方法がないかなと悩んでいます。何かおすすめの方法、募集中です笑