

～お口は健康の窓口～



札幌市北区北24条西14丁目3-8  
北24通りメディカルプレイス 1階  
TEL 011-717-8211  
FAX 011-717-8241

発行責任者  
平松 えりこ

2020. 5. 1 刊行

# はくすい歯力 ふれあいレター



NO. 158

## STAYHOME

毎日気が病むニュースばかりですが...皆さんお家時間どのお過ごしでしょうか？

我が家は、子供たちも学校が休校で普段こんなに長い時間お家にいる事もなく、お互いにストレスを溜めないよう、家族でお菓子作りに励んでいます!!

先日は、ブラウニーケーキとスイートポテトパイを作りました♪

お家にいるって太りますね...

心のストレスは体の免疫力を下げると言われております、皆さんもストレスを溜めないよう

適度な運動や趣味などで発散して、一緒に乗り越えましょう!!

受付市川



## 日々の健康のために鼻うがい



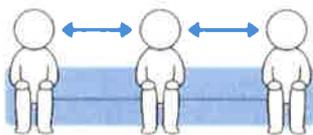
ウイルス感染症防止のため、毎日のお口のケアも大事ですが、鼻のケアも大事です。鼻には異物や細菌、ウイルスなどの侵入を防ぎ、空気を加湿して湿度を調節する機能があります。鼻の機能を正常に保つために有効なケアが鼻うがいです。健康な方はもちろん、鼻づまりの症状がある時に鼻うがいを行うと、ウイルスなどをしっかり体の外に出し、鼻本来の機能を取り戻すことが出来ます。鼻で呼吸することが出来るようになれば口やのどの乾燥も防ぐことが出来るので、風邪の症状緩和に役立ちます。そこで、当院では痛くない鼻うがい専用のキットを入荷しました。是非お試しください。

サイナ・スリンス キット (ボトルと調合済みサッシュェ60包入り)  
¥2,800 (税抜き)

## うつらない・うつさない 感染症対策

待合室でお待ちの際は、ソーシャル・ディスタンスを保ちながらお待ちいただきますよう、お願い申し上げます。

間隔を空けて  
お座り下さい



1日も早く新型コロナウイルス感染症が終息するよう、心掛けましょう。

## 予約日・予約時間を メールでお知らせします!

①携帯電話の「アプリ」又は「カメラ」から下記のQRコードを読み込み、空メールを送信。

②すぐに登録フォームが届きます。

⇒[return\\_83058032@dentareserve.com](mailto:return_83058032@dentareserve.com)

登録は診察券番号と  
名前入力だけでOK!

※ご予約を登録するものではありません。

