

冬の感染症に注意しましょう

秋から冬へと寒さや乾燥が厳しくなるにつれ、ウイルスが活発になり、風邪やインフルエンザ、新型コロナウイルス感染症などさまざまな感染症が流行し始めます。12月は忘年会や帰省、年越し行事など多くの人と会ったり、移動する機会が多くなります。ひとりひとりが正しい知識をもって予防し、感染を広げないようにしましょう。

●咳エチケット

3つの咳エチケット

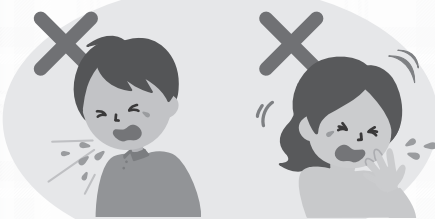
電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う



何もせずに
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でおさえる

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を
確実に覆う

2 ゴムひもを
耳にかける

3 隙間がないよう
鼻まで覆う

くしゃみや咳が出るときは、飛沫にウイルスを含んでいるかもしれません。咳エチケットを心がけましょう。

マスクは、鼻まで隙間がないように覆うため、小児は小児用、小顔な方は小顔用など、適したサイズを使用するようにしましょう。

●手洗い

ドアノブや電車のつり革など様々なものに触れることにより、自分の手にもウイルスが付着している可能性があります。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに手を洗いましょう。

正しい手の洗い方

手洗いの
前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

手の甲をのばすようにこすります。

指先・爪の間に念入りにこすります。

指の間に洗います。

親指と手のひらをねじり洗いします。手首も忘れずに洗います。

●もしもの備え

急な体調不良に備えて、日ごろから市販の解熱鎮痛剤やマスクなどの日用品を備蓄しましょう。

有料広告掲載欄



上顎前突

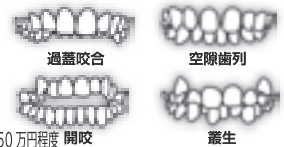
正中離開

下顎前突

交叉咬合

矯正相談 受付中

こんな人はぜひ一度相談ください



過蓋咬合

空隙歯列

嚙生

歯科衛生士(正社員・パート)募集!

週休2.5日/お休み充実! ★40代、50代の方も活躍中
月給...29万~35万円以上 ★プランクがあっても大丈夫!!
★パート・アルバイト 同時募集中!

時給 1,800円~2,000円

まずはお気軽にお問い合わせください

☎0594-27-5454

昼食付き



院長 原田 聡

お気軽に、
お電話ください

※自由診療です

- 大人の矯正 約19万8,000円~50万円程度 開咬
- 子供の矯正 約5万円程度からご提案(床矯正 片額10万円程度)

診療日	月	火	水	木	金	土	日
午前 9:00~13:30	○	○	×	○	×	○	×
午後 15:00~18:00	○	○	×	○	14:30~18:00	○	×

<休診日>
水曜・日曜
祝日

桑はらだ歯科クリニック

桑名市新西方7-22イオンタウン桑名新西方内 ●休診 水曜・日曜・祝日

☎0594-27-5454

