

安全だより

歯科講演会の報告



でも参考になったようで、講師の先生へ質問をしていました。

歯科衛生士による「お口の体操」もあり、オーラルフレイルの予防、そして『健口』につながる講演会でした。

1月30日(木)午後2時から、健康講演会を開催しました。今回の講演会はお口の健康について、「オーラルフレイルに気をつけて～健康寿命を延ばしましょう～」をテーマに、安西順一先生と歯科衛生士の小林和代さんを講師にお迎えし、23人の参加のもと大変盛況の講演会となりました。お話は、食事のとり方や栄養バランス、メニューにもおよび、予定時間を少しオーバーし閉会となりました。参加した会員さんもと



朝、自動車のガラスが凍っていたら・・・

暦の上では「節分」までが「冬」。翌日の「立春」から「春」が始まります。今回4年ぶりに「2月2日」が節分になりました。まだまだ名ばかりの春ですが、2月はまだ寒さが厳しく朝の出発前の忙しい時間に、車のフロントガラスが真っ白なんてこともあります。そんな時は、



玄関や車の中にペットボトルに入れた水を用意しておき、霜や氷を溶かしましょう。凍っているからと言ってお湯を使うと、ガラスが割れる可能性があります。

また、コロナ禍で使った除菌アルコールが残っていませんか。スプレーボトルに入れ替えて解氷剤の代わりに使えます。解氷剤を買うよりもリーズナブルですので、お試ください。ガラスが凍ったままの運転は大変危険です。視界良好で安全運転をお願いします。