

# 9月 たま通信(スタッフ便り)48号

皆さんは、お熱がある時や体調が悪い時などのお風呂はどうしていますか？  
体力を使うので入らないほうがよいか…？ 清潔を保つため入るべきか…？  
是非、参考にしてみてくださいね。

## \* 熱があるとき

熱が高くてつらそうなときは、お風呂は控えましょう。

熱が一時下がった時に、汗をさっと流してあげると気持ちがいいでしょう。

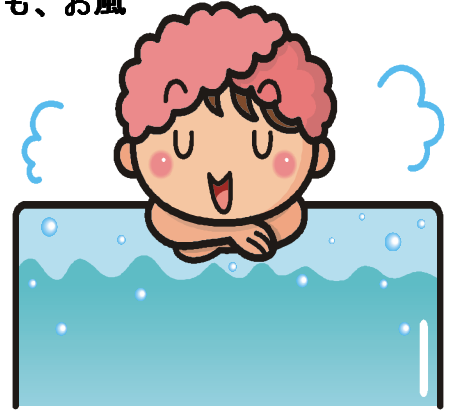
## \* 咳や鼻みずが出ているとき

顔色がよく、食欲や元気もある場合は、咳や鼻みずがでていても、お風呂に入るとよいでしょう。

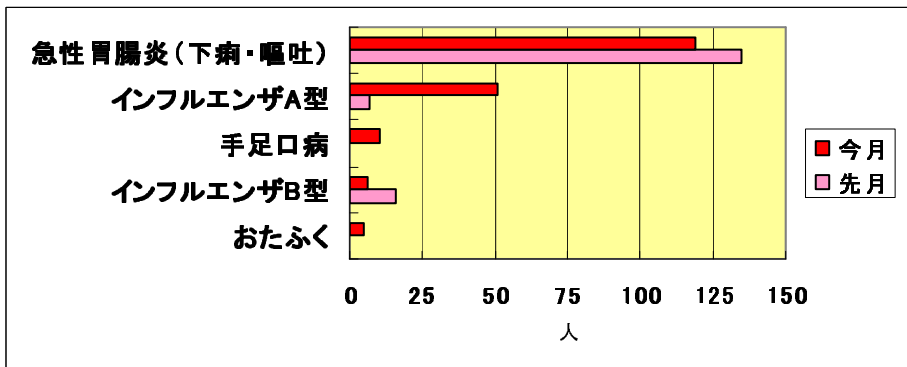
## \* お風呂と新陳代謝

咳や鼻みずが続くからと、何日もお風呂には入らないのは、ア  
カがたまり、皮膚の呼吸によくありません。新陳代謝を刺激  
したり、寝つきをよくするなどの効果がありますのでなるべく  
入れてあげましょう。

お風呂に入れず汗をかいた時はお湯に浸したタオルなどで拭  
いてあげると良いでしょう。



## 感染症発症動向調査 (H21/07/21~H21/08/20)



インフルエンザ流行  
中！インフルエンザの  
場合完治証明書は必要  
ありません。手洗い・う  
がい・マスク等で感染を  
防ぎましょう。



## 今月のおすすめ絵本



### 「いいこってどんなこ？」

文：ジーン・モデシット 絵：ロビン・スポワート

訳：もき かずこ

親子の絆を確かめ合う、幸せが感じられる絵本です。  
子供の為にも、ママの為にも、ぜひ一度読んでみてくだ  
さい。

## 今月のスケジュール

- ・ 9/21「敬老の日」、9/22「国民の休日」、9/23「秋分の日」の為、**休診**です。  
尚、9/24(木)は、臨時診療いたします。

