

都ファミリー

通信



安心の人生をサポートさせてください。
あなたのお役に立ちたい都ファミリーです。

お届けしたのは・・・令和8年 1月

<アフラックサービスショップ> 桂駅前店
都ファミリー有限会社

〒615-8074 京都市西京区桂南巽町 152-1

TEL : 0120-060-069

Aflac

<https://miyako-f.com/>

《ウイルスの侵入を防ぐ『鼻の力』》

【流行を抑えるカギ】

冬は毎年のように、呼吸器系のウイルス感染症

(インフルエンザなど)が流行します。

低温や乾燥でウイルスが浮遊しやすい冬。

鼻の機能を守ることが感染症予防に効果的です。

鼻の冷えや乾燥を軽減する効果的な3つの方法を紹介します。

【効果的な3つのケア】

① 乾燥した空気を吸い続けない

- ・マスクの着用(鼻を保湿・加湿できる)
- ・加湿器の活用(室内温度40~60%を目安に)
- ・暖房の温度は直接顔に当たらない



② 蒸気で鼻を直接温める

- ・温かいタオルを鼻周りに数秒当てる
- ・入浴時など湯気をゆっくり吸う



③ 生理食塩水スプレーで潤す

- ・乾燥を感じた時適宜、噴霧する。
- ・鼻腔全体が潤うように吹き付けるとさらに良い



※ 生理食塩水は市販で手軽に購入できます。

水道水では鼻がツンとして痛みを感じることがあるため、体の塩分濃度(約0.9%)に近い

生理食塩水を使いましょう。

新年明けましておめでとうございます。
厳寒の候、皆様、お元氣でいらっしゃいますか?
ほしい安心で『生きる』を彩る保険
『あんしんパレット』新発売しました。

是非、お気軽にお問い合わせください。ご来店お待ちしています。



～年末年始休業のお知らせ～

12月29日(月)～1月4日(日)まで

年末年始休業とさせていただきます。

ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願ひいたします。

☆予約制ですのでご来店の際は、お電話もしくは、都ファミリーのHPのお問合せ

フォームよりご予約下さいね。 <https://miyako-f.com/contact/>

☆お車でお越しの方は、お店に駐車場の地図を用意しておりますので、

わかりにくい場合はお尋ねください。

☆住所や受取人、口座などの変更をされたい方、ご結婚された方、等々、

いつでもお気軽にご連絡くださいね。 ご訪問もさせていただいております。

ぜひお知り合いなど、お気軽に当ショップをご紹介いただければ幸いです。

