

都ファミリー 通信



安心の人生をサポートさせていただきます。
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 3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
<https://miyako-f.com/>
Aflac

くしゃみに鼻水、目のかゆみ…。
つらい花粉症のシーズンになりました。
今年は例年より飛散量が多いと予想されています。
花粉症の症状を緩和させるための対策のポイントを紹介します。

【外出時】

- 『マスク』84%の花粉を防ぐことができます。
- 『眼鏡』98%もの花粉をカットできるものもあります。
- 『衣服』ポリエステルや綿などの凹凸の少ない素材の衣服を着用する(特に上着)
- 『ガードスプレー』静電気の抑制、保湿効果があり有用です。

【帰宅時】

- 『花粉を持ち込まない』玄関に入る前に衣服やバック、髪の毛などについた花粉を払い落としましょう。
- 『うがい』「ブクブクうがい」で口内の汚れを落とします。その後、10～15秒の「ガラガラうがい」で喉奥まで洗浄します。抗菌作用のある緑茶などを使用するとより効果的です。
- 『手洗い』石鹸を使用して指先や爪の間、指の間などを30秒以上かけて洗います。
- 『洗顔』特に目元や鼻回りは花粉がたまりやすく、しっかりと洗い流します。
- 30～35℃程度のぬるま湯を使用するといいでしょう。



～アフラックよりそうギフトキャンペーンのお知らせ～
キャンペーン期間2026年1月16日～3月31日
お1人様あたり1回応募できますので、
ご家族の皆様も是非一緒に応募ください！
応募は同封しておりますチラシの二次元コードから！！

☆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/>

☆お車でのご越しの方は、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。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。

春寒も緩みはじめ、ようやく過ごしやすい季節となつてまいりました。
皆様、お元気でいらつしやいますか？
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。ご来店お待ちしております。

