

**風邪、インフルエンザに注意!**



**手洗い&うがい、マスクを着用しましょう!**

朝晩大分寒くなり、風邪が流行ってきました、

手を洗うときは、せっけんを泡立てて、手をよくあらいましょう。

出掛けて帰ってきた時、トイレから出る前、食事前には必ず手洗いをするようにしましょう。

うがいはのどを守るために大事なことです。ガラガラうがいは最低でも3回以上はするようにしましょう。

マスクは、咳やくしゃみで菌が飛ぶのを防いでくれます。

マスクをつける時は…

①付ける前と後に手を洗う

②マスクを付けたら、鼻からあごのしたまでしっかりとかぶせて、上のワイヤーを押さえて鼻のカーブに合わせる

③マスクがすきまなくかぶさっている事を確認する

予防する時だけでなく、もし風邪を引いてしまった時は、周りの人に移さない為にしっかりとマスクを着けましょう!



皆で徹底して、毎日元気に働けるようにしていきましょう!



## スポレクについて

こんかい 今回のスポレクは、2日間とも天気

めく に恵まれたこともあって、パンジー

とビオラ合わせて1,300鉢程の

う あ 売上げがありました!

あさは やいしゅっせん 朝早い出勤でしたが、しゅっせん 出勤された

みな 皆さん、つか さま お疲れ様でした!

## 11月の予定

13日(火) けんこうしんだん 健康診断

& インフルエンザ予防接種

21日(水) きゅうりょうび 給料日

23日(金) けんがく 見学ツアー