

株式会社ありがたいの理念

自分で歩く事・食べる事・そして笑顔で生きる事、
利用者様を幸せにする
そして私達自身も幸せになります。



皆勤賞・施設長賞の表彰式をさせていただきました

半年皆勤賞(2020 年7月～12 月)



1 年皆勤賞 (2020 年1月～12 月)



施設長賞(ススキ賞)



1 年半皆勤賞 (2019 年7月～12 月)



114 日間ご利用 106 日間ご利用 104 日間ご利用

その他にもたくさんの方に受賞いただきました♪
これからも一緒にリハビリを頑張り、いつまでも若々しく健康な身体を目指
しましょう♪♪

現在、新型コロナウイルス感染拡大を防ぐためにマスクの着用が推奨されています。

マスクには2つの役割があり、1つ目の役割は、飛沫粒子を遠くに飛ばさない「蓋」の役割です。咳やくしゃみが
出た際に口と鼻の前に布が1枚あると、原理的にブロックされてしまうので飛沫粒子の拡散を抑えます。

2つ目の役割は、ウイルスを含む飛沫が口や鼻から侵入しないよう
に防御する「盾」という役割です。「盾」という役割について言えば、一般的に出回っているマスクにウイルス侵入を完全に防御する能力はありませ
ん。どの種類のマスクであってもよほど厳密に鼻の横や頬の横、顎の下などの「隙間」をなくさない限り、飛
んでいる飛沫粒子はそれらの「隙間」からすぐに侵入してしまうからです。

以上のことから一般的に出回っているマスクに関しては、機能面で不織布マスク(サージカルマスク)が総
合的に少しだけ優れているようです。

■ マスクやフェイスシールドの効果 (スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーション結果)

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
吐き出し飛沫量	100%	20%	18-34%	50% ^{※2}	80%	90% ^{※2}
吸い込み飛沫量	100%	30%	55-65% ^{※2}	60-70% ^{※2}	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	



来所持は
マスクの着用を
お願い致します

■自分に合ったマスクのサイズを知ろう

マスクのサイズの測り方

1.

親指と人差し指でI字形を作ります。

2.

I字形にした状態で、耳の付け根の一番高いところに親指の先端を当て、鼻の付け根から1cm下のところに人差し指の先端を当てます。

3.

親指から人差し指までの長さを測れば、それがサイズの目安になります。

測った長さが…

●9～11cm ——— 子供用サイズがおすすめ
●12～14.5cm ——— ふつうサイズがおすすめ
●10.5～12.5cm ——— 小さめサイズがおすすめ
●14cm以上 ——— 大きめサイズがおすすめ

装着する時

- ①耳ひもを耳に掛けて固定し、鼻、口、顎を覆う。特に鼻と口の両方を確実に覆うことが重要。
- ②鼻の部分を押さえてフィットするようにノーズフィッターを調整する。
- ③隙間がないように調整する。



使用中

使用中はマスクになるべく触らないようにする。特に、口周りを覆うフィルター部分には触らないよう注意し、触った時はすぐに手を洗う。

外す時

- ①耳ひもを持ち、上の方に移動させる。
- ②フィルター部分の表面に触らないよう注意して、顔から外し、捨てる。
- ③すぐに手を洗う。



佐々木から一言



今年度の冬は寒暖差が激しく、また、大雪による被害もありました。
もう少しで待望の暖かい季節の到来です。
春本番まで体調を崩すことのないようにご自愛ください

リハビリデイサービスわかすぎ 0776-33-0708

