



本 社 0965-35-3300
 水 俣 0966-63-8870
 南 店 0964-22-3311

虫の声が季節の変わり目を思わせるこの頃、皆様方にはお変わりございませんでしょうか。さて、今年もケアパークからのお知らせかわら版！「care-pa けあぱ 第4号」を発行しました。これからの季節に役立つ情報や商品をお届けします。



風邪を防ぐ対策と生活習慣



予防の基本→「こまめに手洗いをする」「マスクを着用する」「症状の出ている人に近づかない」

《風邪に負けない身体づくり》

同じ環境で過ごしていても、体力や抵抗力が低下している人はウイルスに感染しやすくなります。風邪に負けない身体づくりのために、次の事を実践しましょう。

①しっかり睡眠をとる…睡眠は体力や身体機能の回復にかかせません。

②十分に栄養をとり、適度に運動する…免疫力を高めるためには十分な栄養が必要です。風邪予防には、免疫物質のもととなる「たんぱく質」、免疫力を高める「**ビタミンC**」、粘膜を丈夫にしウイルスの侵入を防ぐ「**ビタミンA**」を積極的に摂りましょう。また、適度な運動は免疫力の向上に役立ちます。

《風邪を引いてしまったら…》

①まず十分な睡眠をとりましょう。②ウイルスにより胃腸が弱っている時は、おかゆなど温かく消化の良い物を食べましょう。③発熱や炎症があると体内の水分を消耗します。水分補給を十分に行いましょう。④

Autumn & Winter キャンペーン



キャンペーン期間
 平成28年10月1日～
 12月31日まで！



① フィットリッパ

定価 ¥600- **¥463-**(税抜)

普段使いのルームスリッパとしてはもちろん、くるんとまるめられるので外出先にも便利です。裏面もほどよい滑り止め加工が施されているので安心♪



② Ta-Da Chair

定価 ¥19,800- **¥12,871-**(税抜)

今話題の椅子になる杖！920gと軽量で携帯しやすく、ワンタッチで開閉が可能です。散歩の休憩やグランドゴルフなどの待ち時間にいかがですか？



③ LEDセンサーライト ボール型

定価 ¥2,400- **¥1,667-**(税抜)

赤外線センサーで人の動きを感知して自動で点灯、消灯。電池式なので置いてもかけても使えます。手で常時点灯も出来るので、いざという時にも！



⑤ オムロン 上腕式自動血圧計

定価 ¥8,300- **¥6,204-**(税抜)

基本機能重視でコンパクトなタイプ。測定の開始と停止を一つのボタンで簡単操作。初めての方でも簡単に使えます。30回分の過去の血圧値を記録出来る優れたもの。



⑥ しっとりやわらか食感 和風クッキー

定価 ¥350- **¥278-**(税抜)

食べやすさと美味しさにこだわった和風クッキーです。免疫物質のもととなるたんぱく質を手軽に摂ることが出来ます！



⑦ 入れ歯洗浄剤

¥602-(税抜)

お買い得な132錠入り！酵素配合で入れ歯のしつこい汚れやネバつき、ニオイを取り除き、清潔にします。爽やかなミントの香りです。