



NPO 法人ファミリーサポート 愛さん会ニュース!

2020.4.22 No.66

発行者

NPO法人ファミリーサポート愛さん会

発行所 平良 博子

〒902-0073 那覇市上間 590-4

TEL(098)851-7304

事務所引越しました!

NPO法人ファミリーサポート愛さん会は、今年の4月1日にこれまで活動の拠点としてきた那覇市国場から同上間に事務所を移転しました。国場はNPO法人ファミリーサポート愛さん会が初めて事務所を開所した場所であり、地域の皆様に愛され、大幅に事業を拡大してきた場所でもあります。事業が拡大するにつれ、事務所の狭隘・老朽化はいかんともしがたく、移転を余儀なくされることになり、上間に移転するはこびになった次第です。これまでお世話になった国場地域のみなさんに深く感謝申し上げます。

ところで、移転と同時に問題になってきたのが今や世界中に蔓延し、沖縄県においても県知事が緊急事態宣言をするにいたった「コロナウイルス」の感染拡大問題です。玉城知事は、県民にたいして、生活の維持に必要な場を除去、外出の自粛を要請しています。人と人の接触機会を8割減らすために「沖縄5分の1アクション」として、出勤を週5日から1日にする取り組みを推進すると説明しています。

NPO法人ファミリーサポート愛さん会は、この事態に鑑み、事務所での活動時間を短縮する等の措置を講じています。今が感染拡大を食い止める正念場との認識のもと、不要不急の外出を控えていただくよう、会員の皆様のご協力をよろしくお願い致します。

NPO法人ファミリーサポート愛さん会は、設立当初の理念を忘れず、これまで以上に活動を充実させていくこととしており、そのためにも一刻も早く「コロナウイルス」問題が収束するようを願っています。

愛さん会の新事務所!

住所: 那覇市上間590-4

下地アパート1階

電話: 098-851-7304

***ふれあいランチは、「コロナウイルス感染拡大防止」のため、しばらくお休みとさせていただきます。来月以降の実施については、今後の推移を見守りながら再開の時期を決定させていただくこととします。**

「おとーりも模合も「コロナ」消えてから!

行事予定表



口呼吸をしていますか?

呼吸を鼻ではなく、口でしてしまうことはありませんか?

口呼吸は口腔内が乾燥してしまうため、むし歯や歯周病の原因になります。

また、鼻呼吸は鼻毛や鼻腔の粘膜で空気中のほこりや細菌などをろ過しますが、口呼吸ではそのまま体内にとおってしまいます。そのため、口呼吸をしている人は鼻呼吸をしている人よりも風邪やインフルエンザなどにかかる可能性が高くなります。子どもの場合、口呼吸があごや口、全身の筋肉の発達に支障をきたす原因にもなりかねません。特に、あごや口の筋肉が発達していないと、やわらかい食べものばかりを好むようになり、口の機能を正常に動かせることができなくなってきます。

口のまわりの筋肉が弱いことも口呼吸の原因のひとつです。改善のためには、口のまわりの筋肉トレーニングや口を閉じてガムを噛むことが効果的です。

花粉症やアレルギーなどで鼻が詰まりやすい場合は、耳鼻科で治療しましょう。(ほすぴから転載)

