

# リハビリ通信 vol.7

ここでは花水木リハビリでの何気ない風景や出来事をお伝えしています。  
花水木のリハビリを身近に感じてもらえたら嬉しいです。

## リハビリスタッフの独り言

年末年始を慌ただしく過ごし疲れが残っていますか、それとも御馳走を楽しんで体が重いですか、皆様のコンディションは？私は断然体が重いです…。

本当の寒さはこれからですね！皆さまも含め私たちは仕事柄、特に感染症へは気を付けなければなりません。手洗い励行やマスク着用、加湿器に空気清浄機、ウイルス対策グッズは首からぶら下げるタイプだったり置き型だったり。職場では徹底出来ても、家庭ではなかなか家族が協力してくれなくて、とボヤいている方もいらっしゃるのでは。我が家では子供がいたりアレルギーが心配だったりするので、アロマオイルを活用したマイルドなウイルス対策をしています。「抗菌・抗ウイルス作用」があると言われているのはユーカリやティートリー、ラベンサラ、ラディアタ等です。皆が通る玄関に好みのオイルと一緒に香らせウイルスをシャットアウト！しています。リラックス効果もありますよ。

