

# こんにちは eクリニックSHOPのYokoです

12月にはいり、本格的な寒さになってきましたね。

★今回のテーマは、「入浴」です。

## 入浴の効果

- 温熱効果
- 静水圧作用
- 浮力
- 粘性・抵抗性
- 清浄作用



お風呂場での死亡は  
年間約2万人!!

※  
意外  
多いわね!!



気をつけましょうね。

特に今の季節 脱衣場と浴室の温度差を小さくして入りましょう。

お風呂に入ると一時的に血圧が下がりやすくなって眠たくなりがちに...

よいお年を~



2021.12 & 2022.1 合併号

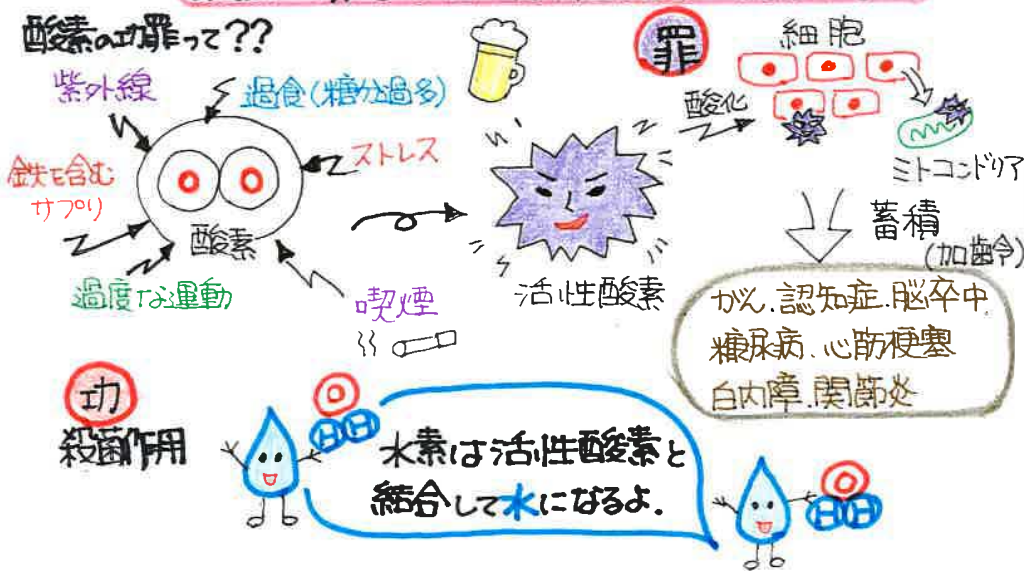
## ~健康豆知識 その14~

### ★「活性酸素」って??

本来 酸素は生物にとって極めて有害なものだった!  
進化の過程でこの有害な酸素を活用し多くの生物が進化した。  
とされています



酸素の功罪を考えてうまく活用しなくてははいけい。



功  
殺菌作用

eクリニックSHOP

0120-841478

(平日10:00~16:00)



[Mail] info@e-mono-shop.com

お問い合わせ



SNSで  
情報配信中  
Follow me ♪

