

体調にお気を付けください。

インフルエンザ感染者の報告を、ぼちぼちと耳にするようになりました。

特にご高齢のお客様の皆様、重症化する可能性が高いので予防が大切です。

4種類のウイルスの流行の可能性があるとのこと、流行しやすい年齢層はウイルスの型によって多少異なるようですが、今年も全ての年齢層の方がインフルエンザに注意する必要があるそうです。

やはり一般的に言われていますが、予防が大切です。そこで、気になる予防法について何点かお伝えし、お役に立てればと思います。

手洗い・うがいはよく言われますが、普通の水道水でも効果はあるそうです。お湯ではなく水道水です。多少塩素が含まれていることで効果があるそうです。お湯は塩素が揮発してしまうとのこと。

手洗いの後のアルコール消毒。手荒れに注意ですが、アルコール濃度70%の物を選ぶとよいそうです。あまり濃度が高すぎると揮発する速度が速く、濃度が低すぎてもインフルエンザウイルスにはあまり効果がないそうです。

あと、顔を手で触る癖がある方もお気を付けください。手についたウイルスが口や鼻の粘膜から侵入し感染してしまう可能性があるようです。人によっては、顔に触れる髪の毛にも注意しなさいと言う人もいました。

あまり気にしすぎてしまうのも気づかれしてしまうかもしれませんが、昨年私の家での合言葉は「帰宅したらまず第一に『うがい・手洗い・顔洗い』」でした。

健康的に日常の生活が営めることに幸せを感じる今日この頃皆様、今年の冬も元気に楽しく過ごし、新しい年を迎えましょう。

豊玉デイサービスセンターでは、集団感染拡大防止のためご利用の際、感染症が疑われた場合 ご利用を控えていただき受診のお願いをさせていただく場合がございます。ご理解とご協力をお願いいたします。

※ 豊玉デイサービスセンターの年末年始のお休みは
12月31日から1月3日です。

11月の振り返り

作品展が開催されました
日頃の活動成果を
皆様で確認しました。



おやつ作り きんつば
美味しくいただきました



さつまいもの下ごしらえ



秋の日コンサートです



ピアノと歌
コントラバスの共演