

こ ん に ち は



街中のイルミネーションがきれいですね



令和4年 12月号



新型コロナウイルスとインフルエンザ 同時流行へのそなえ

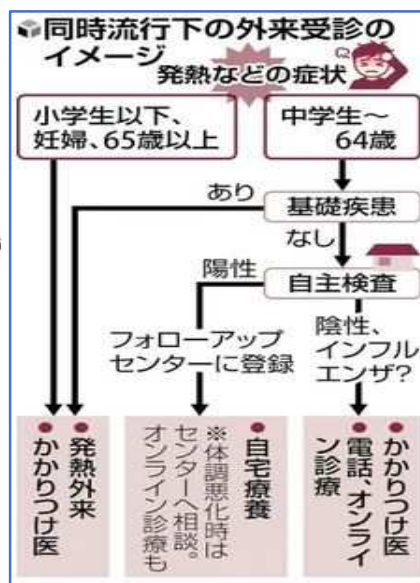


新型コロナウイルスの感染者数が再び増加し、現在は「第8波」の渦中といえます。また、国内のインフルエンザの患者数も、今シーズンは一昨年と昨シーズンの同時期と比べると増加しています。国内外の往来が再開され、日本が流行の参考にしているオーストラリアのインフルエンザ感染者数が急増した今冬は、「新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行にそなえる」必要性が高くなっているため、ポイントをまとめてみました。

◇日頃の心がけ：感染経路は同じ飛沫感染・接触感染のため、今までの感染対策を継続し、湿度も50~60%程度を保つようにすると有効です。市販の抗原検査キットの常備や、かかりつけ医などに予め「発熱などの症状が出現した場合」について確認することも勧められます。

◇ワクチン：コロナウイルス、インフルエンザともに接種することで、発症及び重症化リスクを減らすことができます。昨年まで設けられていた接種間隔の制限が今年は無くなりましたので、同時接種も可能です。

◇症状発生時：年齢や基礎疾患の有無によって「検査や受診、自宅療養、県の陽性者登録窓口に登録する」などの流れが異なります。右に「同時流行下の外来受診のイメージ」の資料を載せましたので、ご確認ください。



2022/11/17 読売新聞より引用

都筑区医師会訪問看護ステーション	TEL	045-913-5181
都筑区医師会ヘルパーステーション	TEL	045-913-3577
都筑区医師会24時間在宅ケアステーション	TEL	045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL	045-910-6327
都筑区医師会福祉用具センター	TEL	045-911-6100
都筑区医師会ナースングホーム	TEL	045-913-6321

看護・介護・福祉用具・24時間在宅ケア

居宅

FAX 045-911-6700

FAX 045-910-6506

☆☆パソコンから在宅事業部門の活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

http://www.tsuzuki-med.org/wp/center/zaitaku_features/

『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『在宅事業部門』からお入り下さい。

健康まめ知識



年越しという人多くの人が「年越しそば」や「大晦日」を思い浮かべるのではないのでしょうか。そもそも、大晦日の晦日（みそか）は古来、月の最後の日や月末の数日間という意味で、毎月末のことを晦日と呼んでいました。その中でも1年の終わりでお正月を迎える前日でもある12月31日は特別なので、晦日に「大」をつけて大晦日と呼ばれるようになりました。日本人にとって、大晦日は年越しのためにそばを食べるのが一般的です。そばの形状が細くて長いことから「細く長く幸せに」という願いを込めた縁起物の食材なのです。そして、そばは毛細血管の働きを強化するルチンをはじめとして、疲労回復効果や肌の健康を維持するビタミンB群、ミネラルが豊富に含まれている身体に良い食品です。そばに含まれるミネラルは、カリウム・マグネシウム・リンなど、身体に必要な栄養素がいっぱいです。また、そばをゆでた際に出るゆで汁、「そば湯」も同様に沢山の栄養が含まれており、健康食として江戸時代から飲まれていると言われていました。

様々な健康効果を持つ美味しいおそばを大晦日に食べ、1年を締めくくってください♪



編集後記



12月に入り、本格的な冬が訪れましたね♪ 先日は在宅事業部門の大掃除を無事に終え、新年を迎える準備ができました。また、3日と4日にはセンター北駅前広場でクリスマスマーケットが開催されており、賑わっていましたね。皆さまは年末年始をどのように過ごす予定ですか。今年も1年、お世話になりました。良いお年をお迎えください☆

12月1日から、訪問車の乗車前後のアルコールチェックを開始しています！

昨年6月に千葉県八街市で発生した飲酒運転事故をきっかけに道路交通法が改正され、今年4月から「運転前後の運転者の状態（酒気帯びなどの有無）を目視で確認し、記録する」ことを実施していました。この度、安全運転管理業務の一環として、12月1日から「アルコールチェッカーを用いて運転者の酒気帯びの有無を乗車前後に確認し、記録する」ことを始めています。その際、専用のアルコールチェッカーとパソコンのシステムを使用していますが、これにより、記録を正確に残せるだけでなく、運転免許証の有効期限の確認など、運転者の状況が把握できるようになっています。当事業所では、引き続き安全に訪問できるよう、職員に運転に関する注意点などの周知を徹底しつつ、日々の安全運転・交通安全を心がけてまいります。



ナーシングだより ～クリスマスの季節～

クリスマスが近づき、出入り口やフロアにツリーやリースなどを飾り付け、雰囲気演出しています♪23日にはクリスマス会を開催する予定です。ご利用者に楽しんでいただけるよう、準備を進めています☆



【目安箱】

ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。

913-5181 統括管理者 吉井