



2018

12・1月
発行

2019年、新年を迎え気持ちを新たに、元気で心豊かに過ごしましょう！
今年も、支部活動にご理解、ご協力よろしくお祈りします。



☆☆メリィデイズ見学☆☆

11/7、22人の参加で今年4月にオープンした病院併設型サービス付き高齢者住宅メリィデイズの見学に行きました。

病院やリハビリの内容や施設は充実し、医療と介護が連携して切れ目のないサービスが実施されているようでした。

送迎つきで、おいしい昼食もいただき、最新の施設を見学して、自分の老後を身近に感じ参考になりました。

ただ、利用料が月20～25万円ということで「今の年金では入れんよね～」と声がありました。

誰もが安心して老後を送れるような年金、医療、介護であって欲しいです。(K・T)



<お問合わせ>

伊豆野	878-6678	重本	878-3788		
田中	872-1395	玉井	878-1453	藤井	872-5934
健康まちづくりセンター		中島	879-8124		

女性死亡原因ナンバー1!!

～「大腸がん」検診を受けよう～

12月1日～2月28日は郵送で簡単に検診が受けられます！この期間はポストに検査キットを投函するだけで検査結果が自宅に返ってきます。

*検査キットご希望の方はご連絡ください。お届けします。

このお得な期間を是非ご利用ください。

70歳以上の方はいきいきポイントがもらえます。

尚、土、日の郵送は避けてください。

検査室たより

【ノロウイルス感染症について】

ノロウイルスは、感染してから発症するまで24～48時間です。手指や食品などを介して、経口で感染し、人の腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。健康な人は軽症で1～2日続いた後、回復しますが、子供や高齢者では重症化したり、吐物を誤って気道に詰まらせて死亡することがあります。

ノロウイルスはワクチンがなく、また、病院での治療は輸液（点滴）などの対症療法です。家庭での食事は胃腸に負担をかけない（消化のよい）軽いものを少量にしないと、嘔吐を繰り返すことになるそうです。下痢止めは、病気の回復を遅らせることになるので使用しないことが望ましいそうです。感染した人のふん便や吐物には大量のウイルスが排出されます。適切な吐物の処理、付着部位のハイター（次亜塩素ナトリウム）での食毒、手洗いをしっかりとすることで、家族への感染を防ぎましょう。

健康チャレンジ

ご協力ありがとうございました。

今年は37名の方が参加してくれました。

【行事報告】

* 11月5日 外来コーナー 2名参加	* 11月7日（水） メリィデイズ見学 22名参加	* 11月9日（土） 秋の大学習会 3名参加	* 11月21日（水） 健康サポーター学習会 3名参加
---------------------------	---------------------------------	------------------------------	-----------------------------------

