

# ひまわり通信

2020年 10月号

10月のグルメメニュー

すき焼き

日	月	火	水	木	金	土
				1日 トランプ・将棋 ゲーム	2日 書道教室 ゲーム	3日 カラオケ 体操
4日 休み	5日 詩吟・将棋 ゲーム	6日 トランプ 体操	7日 書道教室 手芸クラブ ゲーム	8日 トランプ・将棋 ゲーム	9日 書道教室 体操	10日 グルメメニュー トランプ ゲーム
11日 休み	12日 詩吟・将棋 カラオケ	13日 トランプ ゲーム	14日 書道教室 手芸クラブ ゲーム	15日 トランプ・将棋 体操	16日 書道教室 ゲーム	17日 トランプ ゲーム
18日 休み	19日 詩吟・将棋 ゲーム	20日 トランプ 体操	21日 書道教室 手芸クラブ ゲーム	22日 トランプ・将棋 ゲーム	23日 書道教室 ゲーム	24日 トランプ カラオケ
25日 休み	26日 詩吟・将棋 ゲーム	27日 トランプ 体操	28日 書道教室 手芸クラブ ゲーム	29日 トランプ・将棋 カラオケ	30日 書道教室 体操	31日 トランプ ゲーム

## お知らせ

新型コロナウィルスの広島市の感染状況は、感染拡大地域と比較すると少ないとは言え、感染はゼロにはなかなかならず、いつどこで感染するかもわからない恐怖を感じています。感染状況は、同居家族を介しての感染が増えているほか、20～30歳代の若年層だけでなく、70歳以上の高齢者や、高齢の親の介護にあたることが多い中高年層にも感染が広がっています。

利用者の皆様やそのご家族、関係者の方々におかれましても、日常生活におけるマスクの着用や手洗いの励行、身体的な距離の確保や検温など感染予防に努めています。利用者の皆様が安心して介護・福祉サービスが受けられるよう、今一度下記の事項に留意していただき、感染防止策を徹底していただきますようお願いいたします。

## ひまわり感染予防対策

- 朝自宅での検温・健康であることを確認してから送迎車に乗る
- 来所後の手洗い・消毒の励行
- 飛沫防止のアクリル仕切り版の使用(対面飛沫の防止)
- 定期的に窓を開けて換気をする
- 使用したものや手すりなどの消毒
- 職員は自宅を出る前に検温し常時マスクの着用をする
- 本人または同居家族は感染拡大地域への不要不急の往来を控え、往来せざるを得ない場合や、感染拡大地域の方と会われた場合、その旨を申告していただき、念のため2週間は利用を控えてもらう



飛沫防止のアクリル仕切り版

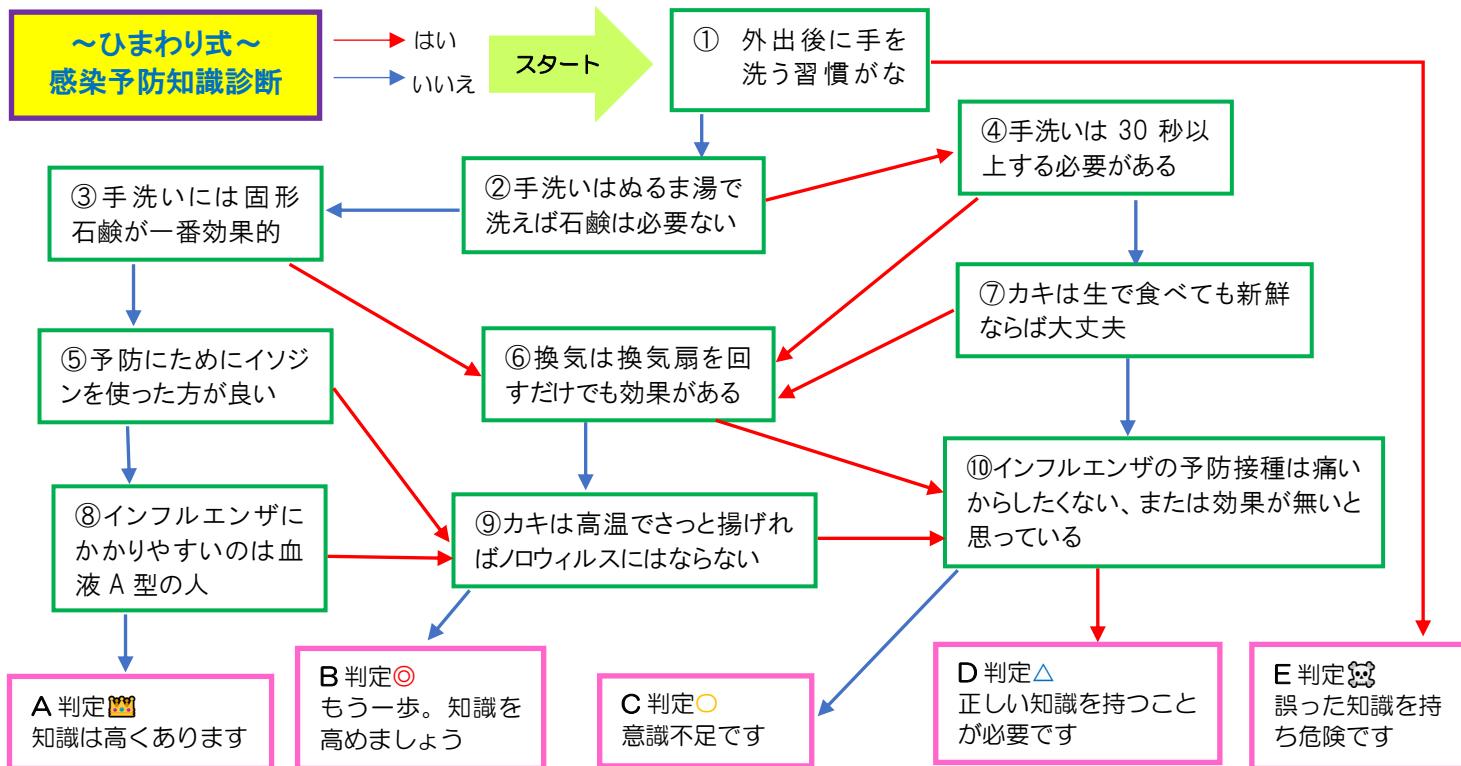
ひまわりでもアクリル仕切り版を購入して対面の方の飛沫防止をしています。

使用に関しては、安心される方もある一方で、「牢屋に入っているみたい」と不快な気持ちになられる方もおられました。

## コロナ以外にも感染症が心配な時期に入ります⚠️

今年の夏は例年なく暑く、熱中症や脱水を心配する利用者の方もたくさんおられました。そして、これからこの時期は、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症にも注意していく必要があります。昨年の今頃と比べると、全国でのインフルエンザ患者の報告数は1000分の1と感染者が極端に少ないそうです。これは、コロナの感染予防ということで、全国でも感染対策意識が高いことの表れと分析されています。皆さん日頃行われている手洗いやマスクの着用に、とても効果があるということですね。

今回は、以前にも掲載したことのある「ひまわり式感染予防診断」をさせていただきます。ご自分の感染症に対する知識の確認と注意すべきことをおさらいし、感染予防に注意してみてください。



## 問題内容の解説

- 感染予防で一番重要なのは「手洗い」です。引き続き、外出後、調理前は手洗いの励行をしてください。
- 手洗いは水温で効果に差はありません。
- 固体石鹼は細菌繁殖の可能性があり適切でなく液体・泡石鹼を使用するのが理想的です。
- 手洗いを30秒以上すると菌の86%死滅すると言われています。
- インソジンを予防に使うと常在菌まで殺してしまいウイルスが侵入しやすくなります。
- 換気扇を回すだけでは汚れた空気は逃げません。窓を開けて換気をしましょう。
- 冬場のカキは生で食べることは控えた方が良いでしょう。
- B型はインフルエンザに対する免疫力が低いと言われています。次にかかりやすいのはAB型です。
- カキの中心温度が85～90度の状態で90秒以上じっくり加熱する必要があります。
- インフルエンザの予防接種は大変効果的です。  
高齢者の死亡率を80%、入院を50%に抑えることができます。

皆さん、感染症に対する知識はどうでしたか？暑かった夏から、朝晩は冷え込むようになり寒暖差も激しくなってきました。体調を壊しやすい時期もあります。しっかりと栄養をとり、適度に運動をし、夜は十分に休めて、この冬も感染症にかかるない、人に移さないという意識を十分に持ち、健康に過ごしましょう。

ふれあいセンター協同 デイサービスセンターひまわり ふれあいセンター協同2階

安佐南区西原九丁目8-22

電話：874-4085 FAX：874-4093 管理者：鬼塚

●写真の掲載につきましてはご利用者様・ご家族様の了解を頂いています。