



感染症かかりやすさチェック

インフルエンザ

38℃以上の発熱
頭痛・関節痛・全身倦怠感などの症状が比較的急速に現れます。
ワクチンはもう接種しましたか？

ノロウイルス

主な症状は
激しい嘔吐や下痢
回復後もしばらくウイルスの排泄が続くため
注意が必要です。

予防対策

- 手洗い・うがい・マスク
- 人ごみを避ける
- 抵抗力を高める

しっかり予防して
今年の冬を
元気に過ごしましょう！

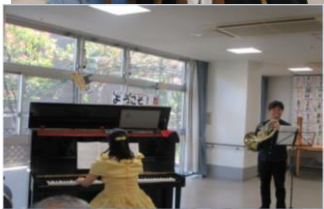
- 帰宅後、手洗い、うがいをしない。
- 外食やコンビニ食が多い。
- 睡眠不足が続いている。
- 仕事や人間関係などストレスが多い。
- 暖房をつけっぱなしで喚起を行なわない。
- 寒いので定期的な運動をしていない。
- 家族や友人とタオルやハンカチを共有することがある。

※チェック項目が多いほど
感染症にかかりやすい状態なので
注意が必要です



冬の感染症に ご注意を！

10月20日 文化祭



音楽や利用者様たちの作品にふれ、文化的な一日を過ごすことができました。

年末年始のあれこれ～門松の意味～

正月に来る「年始様」という神様が遠うことなく家に来られるように目印としての意味で門松を飾ります。
また「祀(まつ)る=祭る」という語呂合わせで門松と呼ばれるようになりました。
門松といえば「竹」で作られていますが、本来の意味では「松」を使うのが正しいということですね。



～ 地域貢献事業～



鎌田乳業様との共同企画で健康イベントを開催しました。



- 黒河内病院
042-742-0211
- 老人保健施設相模大野
- 通所リハビリテーション
相模大野
- 居宅介護支援センター
相模大野
(代)042-741-1321