



支援は御「縁」から「始」まります。私たち4人の支援専門員が「縁」あって支援をさせていただくことから「支援→始縁だより」と名づけました。

始縁だより

発行 平成30年 3月号

寒中お見舞い申し上げます。

昨年のもれから何十年ぶりの寒さが続き、日本全国寒気に包まれています。

氷点下何度というニュースが毎日のようにテレビで流れます。高知県内でも積雪のために車が通行できない場所もあり、買い物に行く事ができない、介護サービスも伺う事ができないなど、生活に支障が出た方もいらっしゃると思います。

地震だけでなく積雪も、気象状況などを確認しながら事前に対策を立てていく事が大切ですね。

【家族への拡散を防ぐ】～家族がインフルエンザになった時の対処法～

1. 個室にする（部屋を分ける）
2. 看病する人はできるだけ一人で
3. マスク着用
4. 加湿を忘れない
5. こまめに換気する
6. ゴミ箱にふたをする
7. なによりも免疫力を高める



インフルエンザは主に飛沫感染で拡大します。家庭内では接触感染や空気感染への対策が重要となります。感染された方には個別の部屋を用意し、できるだけ隔離状態にすることが家族へ感染する可能性を低くすることにつながります。

鼻をかんだティッシュはインフルエンザの菌の溜まり場です。ウイルスとの接触を可能な限り避けるために、鼻をかんだティッシュはふたのついたゴミ箱に捨てましょう。

感染された方は必ずマスクをつけるようにしましょう。「マスク」は外からウイルスが入るのを防ぐ目的がありますが、感染された方が他の人にうつさないようにする目的もあります。また家族の方もマスクをつけるほうがよいでしょう。飛沫感染などの予防につながります。

インフルエンザ対策をおこない、身体に不調を感じたら早めに医療機関を受診しましょう。

不審者情報：越知町内で『家を改修しませんか？』とスーツを着たあまり見かけない方が一人暮らしの高齢者の自宅に突然、訪問することが見られています。必要ないが、家を改修するようにせまる、断っているのに引き下がらないなどの場合には、越知町役場に相談してください。

◇越知町 地域包括支援センター：26-1187 まで

医療法人 社団若鮎 支援センターかがやき 作成者=畑山 美喜 発行責任者=小田原 恵子

URL <http://www.kitajima-hp.com> Tel: 0889-26-1045 Fax: 0889-26-1071