

なるざ 健康新聞

NO.95 平成 29 年 12 月

〒910-4103 福井県あわら市二面2丁目 302 番地

訪問看護ステーションなるざリハビリサービス

TEL 0776-77-2282 ホームページ www.naruza.jp/

== もくじ ==

1. インフルエンザについて
2. なるざ元気祭 2017



インフルエンザにご注意下さい!

また寒い季節がやってきました。寒くなってくると心配なのがインフルエンザですね。そこで、今回はインフルエンザの予防法を再確認してみましょう!!

どのように感染するの??

飛沫感染・・・感染者のくしゃみや、会話等をした時に発生するウイルスを鼻や口から吸いこむことで感染。(飛距離はおよそ 1~1.5メートル程度の範囲)

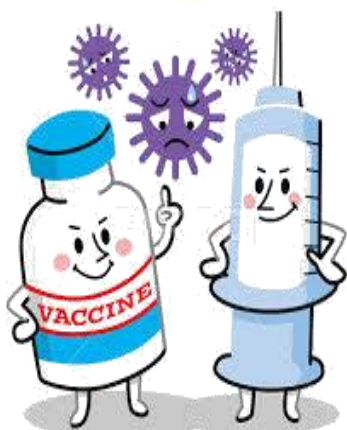
接触感染・・・皮膚や粘膜の直接的な接触や手、ドアノブ、手すり、便座、スイッチ、ボタン等を介して病原体が付着することによる感染。手についたウイルスが目や鼻、口などに 触れ、粘膜から侵入します。

空気感染・・・感染者の排出するウイルスを鼻や口から吸いこむことにより感染。

インフルエンザウイルスは、乾燥した空気がとーっても大好きです!!



予防はどうしたら良いの?



ワクチン接種



手洗い・うがい



マスク

その他 ☆適切な湿度 (50~60%) を保つ。

☆休養と、バランスのとれた栄養摂取をする。

以上のようなことに注意し、インフルエンザにかかる前に予防しましょう!!


第四回なるぜ元気祭 2017

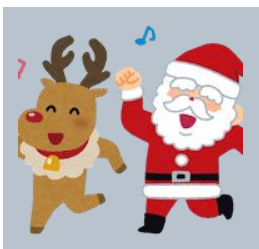

11月20(月)～24(金)に開催！ご利用者様の作品展示やステージ発表、職員の出し物、事業所対抗ファッションショー、カラオケ大会など盛りだくさんの一週間でした。ご協力ありがとうございました！！



ご利用者様の渾身の作品の数々！



息ぴったり？二人羽織でアツアツおでん！？



星野源も顔負け、恋ダンス！



新聞・広告ファッションショー！！



キレイな音色！！ハンドベル



かわいい園児さん達とのふれあい！

