

# ささえ便り

令和元年11月27日（水）

## 理念

高齢者が楽しく尊厳のある生き生きとした暮らしをささえます。  
地域と共に歩み、地域の社会福祉の担い手として、すべての人がしあわせを感じることが  
できるように社会貢献に努めます。



10月から紅葉狩りのドライブに出掛けております。蛍湖や月見野、合浦公園や佃方面の  
銀杏並木などドライブに出掛けています。暖かい時には少し外に出て風に当たったり、  
「ソフトクリーム食いたい！」の要望に応えソフトクリームを召し上がっていただいたり、  
ショッピングセンターに服を買いに出かけたりもしました。

## インフルエンザにご注意ください!!

### インフルエンザ予防対策

**かからない**…出来るだけ人込みは避ける、外出後の手洗い、体調を整え抵抗力をつける、  
適切な湿度（50～60％）管理によってインフルエンザを予防しましょう。

**うつさない**…人に向かって咳やくしゃみをしない。咳が出る時は「咳エチケット」を  
心掛けましょう。

**インフルかな？と思ったら**…早めに病院受診を。マスクを着用し外出は控えましょう。  
十分な休息と水分補給を心掛けましょう。

### 【咳エチケット】とは…

人にうつさないためにマスクを着用、マスクがない時はティッシュなどで口や鼻を押える。  
鼻汁や痰のついたティッシュはすぐに捨てる。手についた時はすぐに手を洗う。

マスクは「不織布」製のマスク使用と適切な使用方法を心掛けましょう。

施設に関する苦情・相談はいつでも受け付けております。

受付担当者：生活相談員 佐々木 早苗