

まいどはや

第7号



寒さがことさら身に沁みる季節となりました。今年も残すところあとわずか、皆様いかがお過ごしでしょうか。

梨雲苑デイサービスセンターではこの秋、恒例の「おわら演舞」がありました。職員が踊り手になり披露させていただきました。十月はスポーツの秋にふさわしくミニ運動会、十一月は紅葉ドライブで街中めぐりに出かけました。ご利用者様の生き生きとした表情が写真から伝わってくるのではないのでしょうか。

もう少しで新年を迎え、来年五月には元号が変わり新しい時代に入ります。百歳の詩人 柴田トヨさんの詩集「くじけないで」の中に次のような詩があります。「人生、いつだってこれから。だれにも朝はかならずやってくる」と。柴田さんは九十歳から詩を書き始めたそうです。長い人生いろいろ苦労された方ですが、前向きで温かい言葉が並んでいます。どんな時代になろうと人生これから。ご利用者様のこれからの人生に私達職員も微力ながら寄り添わせていただけたら幸いと存じます。

文化祭

毎年11月に利用者様、職員の作品を展示しています。編物、手芸、遊書など様々な作品と、その出来栄えに感心させられます。



ボランティア



募集しています。

- ・入浴後の整容
- ・話し相手 etc...

火～木、土、日の午前中
週1回2時間から
お待ちしております。

申込み、お問い合わせは
梨雲苑デイサービスセンター

担当：松本まで

お食事会

月に一度、お食事会と銘打って特別メニューの昼食を提供しています。利用者の皆さんにご好評いただいています！



来苑頂いたボランティア団体・個人様（9月～11月）

- ・寒江、呉羽、東山の各保育所の園児の皆さん
- ・未然かるた講座 ・富山ヤクルト販売 ・なごみ三人会
- ・東部アマチュアマジシャンズクラブ ・遊書（竹内様）
- ・整容ボランティア（匿名希望様）
- ・富山いきいき脳トレクラブ

皆様ありがとうございました。

発行：社会福祉法人梨雲福祉会

梨雲苑デイサービスセンター

〒930-0142 富山市吉作 1725

TEL(076)436-2002 FAX(076)436-2165

ホームページも
是非ご覧下さい

梨雲苑

検索

<http://www.riunen.com/>

ナースからの健康情報 千年万年元気コーナー

暮れも押し迫ってまいりましたがお変わりなくお過ごしでしょうか。
今月号ではインフルエンザについての情報を発信していきたいと思ます。

インフルエンザと風邪の違いは？



風邪(普通感冒)		インフルエンザ
冬に多いが、その他の季節にもかかる	流行シーズン	12月から3月頃
ゆるやかに進む	病気の経過は？	急激に進む
くしゃみ、鼻水	初期症状は？	悪寒、高熱
のどの痛み、鼻水、鼻づまり、くしゃみ、咳、発熱(高齢者では高熱ではないことがある)	症状は？	高熱、咽頭痛、関節痛、筋肉痛、咳、のどの痛み、鼻水などの全身症状
微熱(37~38℃)	発熱は？	高熱(38~39℃以上)
軽度	関節痛は？	多い
肺炎、気管支炎、中耳炎などただしそう多くはない	合併症は？	肺炎、気管支炎、中耳炎などまれに脳症をおこすこともある

インフルエンザ A型 B型 C型の違いは？

A型	ウィルスが変異しやすく、たくさんのタイプが存在します。毎年少しずつ変化をしながら世界中で季節性の流行を引き起こします。
特徴	38℃を超える高熱。肺炎を含む、呼吸器系の合併症。のどの痛み、関節痛、筋肉痛、脳炎
B型	ウィルスが変異しにくく、限られたタイプしかありません。そのためワクチンによる予防が効果的です。A型ほど流行はおこしません。症状はA型よりやや軽いとされています。
特徴	お腹の風邪の症状に近く、下痢やお腹の痛みを訴える人が多い、人と人の間でしか感染しない
C型	表面を覆う突起の性質がAと大きく違うため、ウィルスとしての特徴もかなり異なっています。大きな流行は起こさないので、ワクチンの対象から外されています。
特徴	ほとんどの大人が免疫を持っているため感染しにくい。かかるのは4歳以下の幼児が多い。感染してもインフルエンザとしてはかなり軽症で済むことが多い。症状は鼻水くらい

インフルエンザの潜伏期間は？

① 感染	② 潜伏期間 約1日~2日以内	③ 発症 3日~5日間	④ 回復期
			二次感染期間 発症日~7日間程度

②③④の期間は他人へ感染させてしまう期間です

感染を予防するためには？

1. 流行期前のインフルエンザワクチンの接種
2. 手指衛生
3. 咳エチケット
4. バランスの良い食事
5. 十分な休養
6. 人ごみや繁華街などへの外出を避ける。
7. 換気をこまめに行い、湿度を保つ(湿度50~60%)



インフルエンザは発症してから 12 時間経たない段階で検査を受けた場合、体内で増殖したウィルスの数が少なく、インフルエンザにかかっているのに反応しない可能性があります。症状が出現してから 12 時間~48 時間以内に病院で診断してもらうことをお勧めします。

また、インフルエンザの予防接種を受けた方はインフルエンザにかかっても、症状が出にくいことがあります。体調が不調時のご利用は無理をされず、事前にスタッフにご相談ください。

11月初旬におたよりにて配布しました、インフルエンザの予防接種状況の用紙を提出していない方はご記入の上、ご提出くださいますようお願い致します。



紅葉ドライブ



ニ 運動会



色々なゲームで
楽しみました!

