

2020年11月発行

# あおもり協立病院

## デイケア便り 11月 号

### ★新型コロナウイルス感染症について★

引き続き新型コロナウイルスの感染拡大予防策を実施していますので、ご協力お願いします。

※『咳や痰がらみ、鼻水のある方』や、『37.2℃以上の熱がある方』はご利用をお控え下さい。

#### ●ウイルス感染症予防の基本は？

今年感染が拡大している新型コロナウイルスの他、毎年冬に流行するインフルエンザやノロウイルス感染症。これらの感染症を予防するための基本は、『ウイルスを体に入れない事』です。

#### ●なぜ、手洗いが大切か？石鹼でウイルスは死ぬの？

ウイルス感染症予防のために、手洗いが推奨されていますが、どうして手を洗う事が大切なのでしょうか？

手洗いが効果的な理由は、手についたウイルスを洗い流して、ウイルスの量を減らす為です。目に見えないウイルスは、どこで手に触れるか分かりません。食事をしたり、無意識に口や鼻を触った時に体内にウイルスが入る量を減らす為、石鹼やハンドソープでしっかり洗う事がウイルス感染予防の基本になります。

### ★★新型コロナとインフルエンザ 同時流行にどう備える？★★

毎年、秋ごろから感染が増え始め、冬に流行するインフルエンザ。今年は、新型コロナウイルスとインフルエンザの同時流行が懸念されています。高齢者は感染症に注意！

毎年インフルエンザが原因で多くの方が亡くなっています。インフルエンザで亡くなる方の多くが、高齢者。インフルエンザによる急激な発熱で、体力の落ちている高齢者などは肺炎を併発しやすくなる可能性がある為です。

ウイルスに感染している人の咳やくしゃみから飛沫感染や、ウイルスが付いた手で物を触って別の人気がウイルスに触ってしまう接触感染で、いつの間にか感染してしまうことがあります。

自分に症状が無くても、周囲の人にウイルスをうつさないように予防が必要です。

#### 新型コロナウイルス対策はインフルエンザにも有効？

今年、新型コロナウイルスの流行により広がった『新しい生活様式』。1人1人の感染対策として身近になった、手洗い・うがい・手指消毒・咳エチケットは、インフルエンザの感染予防にも有効と言われています。

#### ●こまめな手洗いと手指消毒

#### ●咳エチケットの徹底（マスクをする、マスクが無い時は袖などで口を覆う）

#### ●部屋を換気する

これらの基本的な感染症対策を、忘れずに心がけていきましょう。

### 10月：秋の絵葉書作り



素敵でしょう！

秋刀魚ともみじ



上手くできるかなあ



一緒に作ったよ～



### Happy Birthday

10

月

### 整容室

浴後のドライヤーも  
日常生活動作訓練の一環として行っていただいています。



お問い合わせ先：あおもり協立病院デイケア（病院1階）

〒030-0847 青森市東大野2-1-10 TEL(017)729-3358

見学はお気軽にご連絡下さい！

月レクの感想やご意見、デイケアへの要望、困った事、質問など、

どんどんご意見下さい！（記入日） 月 日

### 余暇活動



★11月の月レク★  
運動会です。身体を動かして楽しめましょ！