

平成21年10月18日

発行元 社会福祉法人博愛会 ルーエハイム

電話番号 372-3811 (代表)

大きな台風も過ぎ去り、吹く風もさわやかで気持ちの良い秋晴れの日が続いておりますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

各地では台風の被害が報道されておりましたが、皆様の近辺は大丈夫でしたでしょうか。

また、各地では、対象者の方からインフルエンザの予防接種が始まりました。

野も山もいよいよ秋が深まりはじめ、来月には紅葉の山歩きなど行楽の秋となって参りますが、手洗い・うがいを励行し、引き続き感染予防に努めていきましょう。

すっかり日も短くなり、朝夕には肌寒さを感じます。お体には十分お気をつけ下さい。



## インフルエンザ 豆知識

**主な感染経路は、飛沫感染: 咳やくしゃみ、つば等の飛沫に含まれるウイルスを、鼻や口から吸い込む事によって感染するもの**

**接触感染: ウイルスが付着したものを触った手で口や目の粘膜に触れる事によって感染すること**

**※基礎疾患(妊婦・幼児・慢性呼吸器・心疾患・糖尿病・腎機能障害・免疫機能不全等)を有する方は、医師と相談するなど特に注意しましょう!! 流行時は「人ごみ」は避けましょう!!**

**咳エチケット: 咳・くしゃみのある人はマスクを着用する。マスクの無いときはティッシュや手で、口を覆い、他の人から顔をそむけ1~2メートル程離れる。**

**手洗い: 水と石鹸を使って15秒以上洗う。乾いたタオルで水分を十分ふき取る。**

**うがい: 外出から帰ったあとや食事前に行う。**

**室内の換気に注意する。十分な栄養と睡眠をとみましょう。**

自分や家族の誰かに「咳・発熱・全身痛など」インフルエンザと思われる症状がみられる場合、「インフルエンザ相談窓口」またはかかりつけ医へお電話などで問い合わせし、医療機関受診に関する指示を受けましょう。

※ 鈴鹿保健所 8:30~17:15 ☎ 059-382-8671

※ 鈴鹿市健康づくり課 8:30~17:15 ☎ 059-382-2252

☆☆☆☆☆ ルーエハイム ブログ 随時更新中 ☆☆☆☆☆

在宅支援ブログ



“ルーエハイムホームページ”皆様ご覧いただけましたでしょうか・・・。  
施設の行事予定や行事風景、フォトギャラリーなど話題豊富です！  
またブログも更新しております♪ [ルーエハイム](#)  でクリック♪  
携帯電話でもご覧頂けます。左のQRコードを携帯電話の  
バーコードリーダー機能で読み取り、アクセスしてください！

## 平成21年度 介護予防教室のお知らせ



ルーエハイムでは、地域の「いきいき介護予防事業」を開催しております。  
興味・関心のある方、是非、お気軽にご参加下さい！

☆ 開催日：平成21年 10月 23日(金) 太極拳

10月 30日(金)・11月 6日(金) けんりようご 消費者被害など権利擁護講話

(内容はそれぞれ異なります)

11月 13日(金) 太極拳

☆ 時間：午後 1時 30分 ~ 2時 30分

☆ 場所：ルーエハイム 2階 相談室

☆ 参加費：無料



※ ルーエハイムより各地域への送迎も行っております。お申し込み時にご希望ください。  
駐車場もあります。

※ 興味・関心ある内容だけでも、ご参加頂けますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

お申し込み、お問い合わせ先 ※ お電話にてお申し込みください

住所：鈴鹿市長法寺町763番地 特別養護老人ホーム ルーエハイム

☎ 059-372-3811

担当者 安田・安西

\*\*\*\*\*

★ 在宅介護支援センターでは、高齢者・在宅で介護の必要な方への相談援助を行っております。内容により、市役所・地域包括支援センターなど必要な各連携機関へのご紹介をさせて頂いたり、ご自宅へ訪問しご相談をうかがうこともできます。料金はかかりません。お困り事、相談事がありましたらお気軽にお電話ください。

在宅介護支援センター ルーエハイム 担当 安田・安西

鈴鹿市長法寺町字権現763番地 電話番号 059-372-3811

訪問・来所相談 平日8:45~17:30 電話相談 24時間受付しております