

平成29年12月

ほけんだより



こんげつ もくひょう
<今月の目標>

ふゆ けんこうかんり
冬の健康管理 ①

かんせんしょうよぼう
(感染症予防)



いよいよ12月を迎えるそんな時期になりました。感染症予防のお話しをして

いきたいと思えます。今年はインフルエンザワクチン不足?で受ける側の私た

ちは本当に右往左往させられました。毎年必ずインフルエンザは流行っており

今年も9月には学級閉鎖となった地区がありました。手洗いとうがいは毎日、

何度もするものです。なんせ細菌という相手は肉眼では見えません。手についた

汚れや細菌を落とすには時間をかけ丁寧に洗わないとなりません。去年は

作業所でもHappy Birthdayを2回唄って20秒間の手洗い!とノロウイルス

予防で栄養士が話をしました。何だかいつの間にか、この歌が聞こえなくなっ

ちやいましたけど〜。再開、いかがでしょうか?

感染予防の第1が「手洗い」になります。これから風邪などますます流行りますし、

忘年会やクリスマスなどの楽しい行事もあります。体調不良で楽しみが半減し

ないようしっかり体調管理の方はよろしく願いますよ。年末年始はより

元気で過ごしていきましょう。今年も一年大変お世話になりました。

<今月の保健行事> 12/4(月)12/5(火)体重測定, 12/8(金) 磯貝医師相談日

Merry Christmas & Happy New Year

新宿区立新宿福祉作業所 富樫 勝江