

インフルエンザにうつらないようにするには？

飛沫感染、接触感染という感染経路を断つことが大事です。

- ・人が多く集まる場所から帰ってきたときには手洗いを心掛けましょう。
- ・アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。
- ・普段からの健康管理も重要です。栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておくこともインフルエンザの発症を防ぐ効果があります。

また、予防接種も重要です。

- ・予防接種は発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。
- ・ただしワクチンの効果が持続する期間は、一般的には5カ月ほどです。
- ・また、流行するウイルスの型も変わるので、毎年摂取することが望まれます。

インフルエンザではどんな症状が出たら医療機関へ行けばいいの？

目安として、比較的急速に38℃以上に発熱があり、せきやのどの痛み、全身の倦怠感を伴う場合は、インフルエンザに感染している可能性があります。こういった症状がある場合は早めに医療機関を受診しましょう。

重症化のサイン

お子さんでは

- けいれんしたり呼びかけに答えない
- 呼吸が早い、苦しそう
- 顔色が悪い（青白）
- 嘔吐や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた。

大人では

- 呼吸困難、または息切れがある
- 胸の痛みが続いている
- 嘔吐や下痢が続いている
- 症状が長引いて悪化してきた。



デイサービスまつなみ オープンハウス実施

新しくひばりが丘7-21の地に移転した「デイサービスまつなみ」のオープンハウス及びミニバザーが10月10日（土）催されました。当日は、ご近所の方や事業所の方、利用者のご家族の方などにご来場いただきました。日下県会議員もご見学くださいました。大変ありがとうございました。

デイサービスまつなみ管理者 鈴木麻子



通所介護事業所まつなみクラブ 活動状況 所在地 松浪1-10-33

まつなみクラブ避難訓練

9月23日（水）24日（木）25日（金）避難訓練を実施致しました。
今年の6月より訓練方法を変え、一つ一つの行動を確認しながら、職員も対応の仕方を再確認出来る良い機会でした。当日は台風の接近により強風な日もありましたが、無理のない範囲で行うことができました。ご利用者の皆様には、ご協力いただきありがとうございました。
まつなみクラブ管理者 遠座麻衣子



まつなみクラブ（地域密着型通所介護事業所）では、要介護の利用者に加え、要支援の方のための総合事業の第1号通所介護（国基準型通所介護）を併せて開設しております。
他者との交流や社会参加を目標に通いの場における趣味活動や体操を支援致します。
またサービス提供時間は7時間～8時間（9：50～17：00）の時間帯で運営しています。

ご利用の皆様へ！

- 訪問時・通所時等での茶菓の接待、金品の頂き物は、当法人の理念・運営方針からお受け取り致しかねます。職員がお断りすることがあると思いますのでご了承ください。
- ご寄付については寄付申込書により、お受けいたしております。
- 事業計画書・予算書・事業報告書・決算書は各事業所に備えてありますので、ご自由に閲覧ください。またホームページにも掲載しております。
- 苦情やご意見は、いつでもお申し出ください。
- ご連絡いただければ、各事業所の見学ができます。

法人の事業所一覧 (ホームページ <http://www.matsunami-k.com/>)

法人本部		E-mail : houjin@matsunami-k.com
訪問介護センターまつなみ (訪問介護事業)	〒253-0022 茅ヶ崎市松浪 1-1-12 TEL : 0467-57-5272	E-mail : houmon@matsunami-k.com
相談センターまつなみ (居宅介護支援事業)		E-mail : soudan@matsunami-k.com
評価事業部 (福祉サービス第三者評価事業)		E-mail : houjin@matsunami-k.com
まつなみクラブ (通所介護事業)	〒253-0022 茅ヶ崎市松浪 1-10-33	TEL : 0467-58-3839 E-mail : matsu-club@mbr.sphere.ne.jp
デイサービスまつなみ (通所介護事業)	〒253-0027 茅ヶ崎市ひばりが丘 7-21	TEL : 0467-84-4858 E-mail : care@matsunami-k.com
松浪地区地域包括支援センターさざなみ	〒253-0032 茅ヶ崎市常盤町 2-2 松浪 コミュニティセンター内	TEL : 0467-39-5901 E-mail : sazanami@mbr.sphere.ne.jp
福祉相談室さざなみ		TEL : 0467-39-5935 E-mail : soudan@mbr.sphere.ne.jp



編集後記

10月1日にデイサービスまつなみが「ひばりが丘」に移転いたしました。よろしくお願
いいたします。電話番号は変わりません。
新型コロナウイルスの対応もあり、インフル
エンザ予防接種は是非受けるようにして下さ
い。