



# 健康だより

デイサービスセンター 鑄泉苑



令和6年10月吉日

看護師の高田です。10月に入り朝夕の冷え込みも感じられるようになりましたね。しかし、まだまだ気温の変化も大きく、体調管理に注意が必要です。寒さが厳しくなるこれからの季節、インフルエンザなどの感染症予防が大切となってきます。感染症にかからないように、しっかり予防をしていきましょう。

## インフルエンザ予防接種のお願い

毎年お願いしているインフルエンザの予防接種です。

インフルエンザの予防接種は、例え感染しても重症化しない為に大切なものです。かかりつけの医療機関で、早めに済ませてください。

※予防接種の効果が出るまでには2週間程かかります。

予防接種が済みましたら、職員に受けた日と、医療機関名をお知らせください。

また、新型コロナワクチンの予防接種も受けられた方は、職員にお知らせください。



### ※風邪 インフルエンザ コロナウイルス等、感染症の予防について

- ・手洗いうがいは、基本です。
- ・人との接触時や 外出の時は マスクと消毒を。
- ・冬は乾燥します。水分補給をこまめにしてください。
- ・加湿器なども使い、乾燥をふせぐことや、室温の管理にも気をつけましょう！
- ・部屋の中に洗濯物を干すのも良いですね！

### .....ご家族の方へ.....

自宅で 体調の変化があったときは、送迎の職員にお伝えください。他に、食欲がない・元気がない・睡眠不足・変わったことを言ったなど、些細なことでもお知らせください。



### 特に...

発熱、倦怠感、風邪症状等ありましたら、早めに受診してください。

通所はせずに、自宅療養をしてください。病状の重症化や、他者への感染を防ぐため ご協力をお願い致します。