

麻疹（はしか）拡大警戒中

せい
い
ふ
う
清風

第47号
平成30年
7月発行

医療法人
角整形外科医院

通所リハビリテーション
そよ風くろぎ

さわやかくろぎ

発行責任者
角 典洋

麻疹（はしか）とは・・・

麻疹ウイルスによって引き起こされる感染症で人のみに感染し、空気・飛沫・接触感染と様々な感染経路を示します。感染力は極めて強くインフルエンザの10倍程度で、発疹が出る前が最も強いといわれています。

○潜伏期間：10～14日程度

○症状：発熱・咳・鼻水など風邪のような症状、口腔粘膜に白い小さな斑点（コプリック斑）が出現
2～3日後に39度以上の高熱と発疹

○合併症：肺炎・中耳炎・脳炎など

予防方法

麻疹は様々な感染経路を示しますので、マスクや手洗いなどでは感染を防ぐ事は困難です。唯一ワクチン接種が有効です。自分が感染しないだけでなく、周りの人に感染を広げない為に予防接種は有効です。予防接種を受けた事が無い人はもちろん、1回受けた事がある人も2回目の予防接種を受けましょう!!

※症状から麻疹が疑われる場合、事前に医療機関へ
電話連絡の上、速やかに受診して下さい。

食中毒



食中毒は家庭でも発生しています!

梅雨の時期から夏にかけて食べ物は傷みやすく食中毒菌が繁殖しやすくなりますのでご家庭でも食中毒の予防を心がけましょう。

こまめに手洗いをしましょう

食中毒を予防するには手洗いが最も大切です。

「食事の前」「調理の前」「調理中、食材を触った後」「ゴミ箱・生ゴミを触った後」「トイレに行った後」「ペットに触れた後」など、普段以上にこまめに手洗いをするようにしましょう。

ご家庭でもできる「食中毒の予防の6つのポイント」を別紙にてご紹介させていただきますのでご参考にして下さい。

食中毒予防の3原則!

「食中毒菌を付けない・増やさない・やっつける」を
ご家庭でも食中毒の予防を心がけましょう。

食中毒になった時の対処法

食中毒になるとおう吐や下痢という症状が現れます。

●医療機関を受診

（食中毒かな?と思ったらすぐに病院を受診する）

●経口補水液などで水分補給

（体内から水分が多く出て脱水になることがあります）

●市販薬はのまないように

（症状が長引いている時は受診した医師に相談する）

●手洗い・アルコール消毒

（食中毒菌は人から人に感染することもあります）



ふじなみ幼稚園 体操教室

月に1回ふじなみ幼稚園にて
体操教室を行っています。
年2回体力テストも
行っています。



①準備体操



②コーディネーショントレーニング

バランス運動・筋力を高める運動・ジャンプ運動を行う事で、
飛び箱や鉄棒に必要な運動能力・基礎体力の向上を図ります。

③飛び箱・鉄棒(前回りと逆上がり)



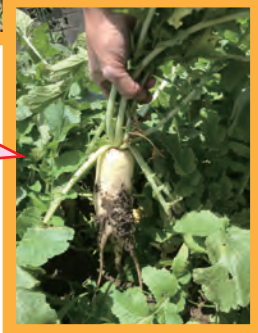
体力テスト

立ち幅跳び・往復走・片脚立位・体支持持続時間
の4項目を測定します。



園芸療法始めました!!

通所リハビリテーションそよ風くろぎで
は新館の横に畑を作り、「そよ風ファーム」と名付け、3月終わりから利用者さんと一緒に園芸療法を行っています。



大根です



医療法人 角整形成形外科医院 HP
http://sumi-seikeigeka.com



通所リハビリテーション そよ風くろぎ ブログ
http://soyokazekurogi.blog.fc2.com



facebook



Instagram

そよ風くろぎ



【いいね!】

をお願いします!!