ぽっかぽか

平成 30 年 10 月 1 日発行

第 20 号

＜内容＞

・行事の写真

（夏祭り・敬老会）

・インフルエンザについて

発行／社会福祉法人　敬長福祉会
特別養護老人ホーム　チアフル遠見塚
〒984－0823
仙台市若林区遠見塚１丁目14－30
TEL　022－286－2591
HP　敬長福祉会．JP

敬老会

９月15、16日に
敬老会を行いました。　当日は多く

～インフルエンザウイルスのお話～

●インフルエンザの種類

数あるインフルエンザウイルスの中で、人間に感染するウイルスは大きく分けて３種類あります。

【A型インフルエンザ】・・・・38℃を超える高熱、関節痛、筋肉痛、物を飲み込むのが困難な程の、喉の痛み。A型は全世界的なインフルエンザの流行として話題になる事が多く、深刻な症状では肺炎を含む、深刻な呼吸器系の合併症脳炎、脳症の合併症を引き起こすことがあります。

【B型インフルエンザ】・・・お腹の風邪の症状に近く、下痢やお腹の痛みを訴える人が多く、また、人と人の間でしか感染しません。近年は毎年流行しています。

【C型インフルエンザ】

C型インフルエンザは、いったん免疫を獲得すると、終生その免疫が持続すると考えられています。再びかかったとしてもインフルエンザだとは気づかず、普通の風邪と思ってしまうかもしれません。症状は鼻水くらい。ほかの症状は現れない事が多いです

●インフルエンザの感染経路

【飛沫（ひまつ）感染】インフルエンザ感染者がくしゃみや咳をすると、唾液が周囲に飛び散り空気中に飛散したウイルスを周囲の人が吸い込む事で、他の人の体内にウイルスが入り感染します。

【接触感染】インフルエンザの感染者が手の平で口を抑え、手にウイルスが付着したまま洗わずに多くの人が触れる所で電気のスイッチやドアノブ、つり革等に触れ、後から同じ所を触った人が、自分の鼻や口に触れ、感染します。

●一般的な予防方法

1.マスクの着用：インフルエンザウイルスの入り口となる、鼻と口を覆うマスクを着用する。

2.手洗い：流行時期には何処にウイルスが付着しているか分からないので、手洗いの徹底。

3.帰宅後のうがい：気をつけていても、口やのどにインフルエンザウイルスが侵入する可能性は十分あるので、帰宅時には必ずうがいをする。

インフルエンザウイルスは免疫が落ちている場合に感染しやすいので、 睡眠を取る、栄養バランスの整った食事を摂る等の体調管理、空気が乾燥している場合は加湿をする、人ごみを避ける等の生活環境の管理も非常に大切なことです。

編集後記

今年は暑さが厳しい夏となりました。入居者様や職員一同、熱中症にかかる事なく過ごし一安心しております。今回の「ぽっかぽか」は、夏祭りの様子と敬老会の様子、インフルエンザについて記載しております。その他の様子としては、近くの保育園や小学校の慰問もあり、入居者様も小さな子ども達を前に笑顔が零れていました！各写真等、各フロアにも提示予定としておりましたので、ご面会時に写真があれば見ていただければ幸いです。