

# インフルエンザについて

季節性インフルエンザのウイルスには4つの種類があり、感染しやすい年齢層はウイルスの型によって多少異なりますが、今年も全ての年齢の方がインフルエンザに注意する必要があります。

インフルエンザワクチンの予防接種には、発症をある程度抑える効果や重症化を予防する効果があり、特に高齢者や基礎疾患のある方など、罹患すると重症化する可能性が高い方には効果が高いと考えられ、接種回数については13歳以上の方は1回接種を原則としています。厚生労働省は、他の人への感染を防ぐため【咳エチケット】をキーワードとした普及啓発活動を行い、マスクの着用や人混みにおいて咳をする際の注意点について呼びかけています。

## 【咳エチケットについて】

- ★咳・くしゃみが出る時は、他の人にうつさないためにマスクを着用しましょう。マスクを持っていない場合は、ティッシュや腕の内側などで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れましょう。
- ★鼻汁・痰などを含んだティッシュはすぐにゴミ箱に捨て、手のひらで咳やくしゃみを受け止めた時はすぐに手を洗いましょう。
- ★咳をしている人にマスクの着用をお願いしましょう。
- ★マスクは、薬局やコンビニエンスストア等で市販されている不織布（ふしよくふ）製マスクの使用が推奨されます。
- ★咳エチケットを心掛けることは、周囲にウイルスをまき散らさない効果があるだけでなく、周りの人を不快にさせないためのマナーにもなります。



# 天神だより

2019年

# 秋号



# 秋祭り



## お知らせ

2階のセミパブリックスペースに、ご寄贈いただいた書籍をご自由にご覧いただくため、図書スペースを設えました。



## みんなのラジオ体操



天神では、健康増進・腰痛予防のために、入居者・利用者・職員の垣根を越えて、みんなでラジオ体操をしています。

## 編集後記

天神だより秋号、無事に発刊の運びとなりました。いよいよ今年も残り少なくなってまいりました。新天皇の即位、ラグビーワールドカップの盛り上がり、台風による被災、首里城の火災など、いいことも悪いこともたくさんありました。あと一か月、穏やかに過ぎ去れば良いと思います。

\*なお、写真の掲載については、ご本人・ご家族の同意を得ています。

社会福祉法人 島根県社会福祉事業団  
特別養護老人ホーム天神

〒693-0005  
出雲市天神町163番地9  
TEL:0853-22-8659  
FAX:0853-25-0570  
<https://www.ssw.or.jp/facilities/seniors/tenjin>

10月19日、心配された天気もどうにかもち、無事に開催いたしました。ご来場いただいた皆様、ボランティアの皆様、ありがとうございました。



長寿

やまぶき

笑顔いっぱいの会でした!



ききょう

ご馳走を食べたり、職員  
の演奏会があり、賑やか  
な会になりました♪



# 敬老会～令和元年9月11日～



わかくさ

みなさんと長寿の  
お祝いをしました。



あかね

いつまでも  
おげんきでいてください



くるみ

米寿と百寿のお祝いを  
しました!



喜寿

いつまでも  
おげんきでいてください

あさぎ

