

たけはん通信

第6号 発行日：令和5年8月 発行者：竹中・判田地域包括支援センター

こんにちは！竹中・判田地域包括支援センターです。
地域の方に少しでも地域包括センターの活動や気持ちをお伝えすることができたらとの思いで
たけはん通信を発行しています！(^^)！

今回の内容は、……、**食中毒**についてです。

梅雨も夏も終わり、食中毒の時期は過ぎたと感じる人が多いかと思います。しかし、これからの
時期、食中毒は増えていき、10月は6月と同じくらい食中毒が発生しやすいです。



これからの時期に増えていくのがノロウイルスです。
ノロウイルスはカキなどの二枚貝を食べることで感染
します。また**アルコールが効かない**ことでも有名です。症
状としては、腹痛、下痢、発熱、嘔吐などがあります。



予防方法は、**生でカキなどを食べない。手洗いでウイルス
を洗い流す**などがあります。もし感染した場合は有効な薬が
ないため、下痢や嘔吐で脱水や栄養不足にならないよう、症
状が落ち着くまで水分や栄養補給をするしかありません。ま
たほかの家族に感染させないように**ハイター（次亜塩素酸ナ
トリウム）を薄めた消毒液でドアノブやトイレなど手が触れ
るところを消毒**することも大切になります。



～地域交流～

庄屋村公民館の体操教室で血圧測定のお手伝いをしてきました。
当日は体力測定の日で、歩きの速さ、バランス能力、身体の柔らかさなどを測定していました。
コロナで運動不足で足腰の弱った人も多いかと思います。気になる方は近くの体操教室やサロ
ンに参加してみても
いかがでしょ
うか？自分の地区に
どのような教室が
あるかわからない
人は包括までご相談ください。



職員紹介

4月より、保健師の亀田と社会福祉士の檜垣が働くことになりました。二人とも包括での仕事は初めてで不慣れなところもありますが、一生懸命に頑張っていますので、今後ともよろしくお願い致します。



保健師 亀田



社会福祉士
檜垣

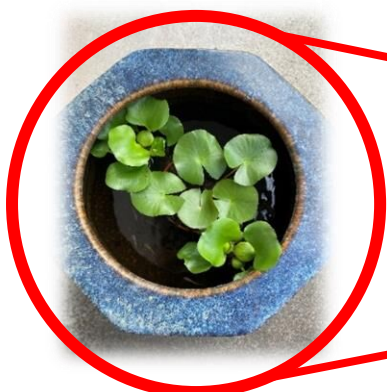


9月まで包括は熱中症一時休憩所となっています。病院受診やバス停など近くまで来た際に具合が悪くなったりした時は遠慮なく声をかけてください。

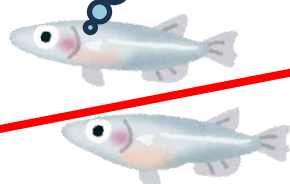


あと、メダカ始めました。

事務所の横にメダカがいますので、よかったら覗いてください。



見に来てね



※地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者の総合相談窓口です。いつでもお気軽にご相談下さい！