

インフルエンザは例年12月 から3月に流行します



インフルエンザの多くは飛沫感染です。咳やくしゃみをしたときにウイルスがばらまかれ、それを吸い込んだ人に感染します。感染すると、高熱や全身倦怠感、咳や息苦しさなどの呼吸器症状が見られます。症状が出たら早めの受診と安静が必要です。又、マスクを着用し他人にうつさないようにしましょう。感染しないために、日頃から部屋の換気や手洗い、うがいもこまめに行いましょう。

予防接種により発症のリスクと重症化を予防することが推奨されています。今シーズンまだ接種していない方は、かかりつけ医に相談してみましょう。

インフルエンザの可能性があって医療機関を受診する場合は、他の方にうつさないように待合室を分けている医療機関もあるため、事前に受診先の医療機関へ電話連絡をしてから行く方がよいでしょう。

☆認知症のこと学んでみませんか☆



包括支援センターでは、**認知症サポーター養成講座**を開催しています。「認知症」を正しく理解してもらうための講座です。幅広い世代の方が認知症を正しく理解していただくことで、認知症になっても、暮らし慣れた場所でその人らしく暮らせる一歩につながります。

※出前講座の依頼は伊勢原北部地域包括支援センターへご連絡ください。



くるいん見守りステッカーを見かけたら



伊勢原市に徘徊高齢者等SOSネットワークという登録の制度があります。申請すると、希望する方にステッカー(見本参照)をお渡ししています。認知症があり、一人歩き(徘徊)が心配な方でこの制度に申請している方は、衣類や持ち物に、このステッカーを貼っていることがあります。もし、このステッカーを貼っている方が困っている様子を見かけたら、勇気を出して声かけをお願いします。QRコードにアクセスすると伊勢原市の介護高齢課及び伊勢原警察の連絡先にリンクされます。名前や住所がわからなくてもステッカーに書かれた番号を伝えると関係機関からご家族に連絡が取れるしくみとなっています。