



平成27年9月15日発行 第62号

社会福祉法人 こころ

理事長 金子 智子

諏訪市高島三丁目1300番地1

TEL0266-54-5560

FAX0266-54-5561

製作 編集委員会

2015年新型ノロウイルスに注意!!

11月から3月にかけては、ノロウイルスによる感染性胃腸炎の流行シーズンです。特に、今シーズンは遺伝子変異した新型ノロウイルスが出現しています。新型は免疫をもつ人が少なく、感染が広がりやすいと考えられるため、より一層の予防が必要です。ノロウイルスは、食品からだけでなく、人から人へと感染することが特徴で、集団感染を引き起こすこともあり、高齢者施設や医療機関で死亡例も報告されています。ノロウイルスの正しい知識を身につけ、感染を防ぎましょう。新型は全国31都道府県で検出されており、地域に関係なく全国規模で注意が必要です。



★感染症予防対策の基本 ノロウイルスによる感染性胃腸炎には特効薬となるワクチンはありません。ノロウイルスの正体をまず知り予防対策をしっかりととりましょう。

★予防対策1「30秒以上」しっかり手洗い 石けんには、手指からウイルスをはがしやすくする効果があります。外出後やトイレの後、食事の前などは、石けんを十分泡立てて、ていねいに手を洗いましょう。ノロウイルスの場合、アルコール消毒液では効果が十分に得られないので、しっかりと手洗いすることが予防の基本になります。



「ノロウイルスGII/4
2012 変異型検出都道府県」

●時計や指輪ははずしていますか●洗った手を拭くタオルは使いまわしをせず、自分専用のものか、ペーパータオルを用意していますか。指先、爪の間、手首なども忘れずに洗いましょう。
★予防対策2「85℃以上」で「1分間以上」しっかり加熱どんなに新鮮な食材でも、ノロウイルスが付いていれば食中毒は起きます。ですが、「中心温度85℃以上で1分間以上の加熱」をすれば、ウイルスは失活し、感染性はなくなるとされています。加熱をする際は食品の中心部まで火を通しましょう●調理器具は使用后すぐに洗い、使いまわしはやめましょう●調理器具の消毒も忘れずに●食品同様、調理器具も「85℃以上で1分以上」の煮沸消毒が有効です。特にカキなどの二枚貝を調理する時は、まな板や包丁など、専用の調理器具を使う、使用の度に消毒・洗浄をするなど心がけましょう●下痢やおう吐があるときは調理をしないようにしましょう。

国勢調査始まりましたね

国勢調査では、居住実態を反映した地域の人口や産業別業者数などの様々な統計を作成することから、客観的なデータに基づく公正な行政を行うための基礎資料として、国や地方公共団体における各種行政施策の策定・推進はもとより、その評価に広く活用されています。また、衆議院小選挙区の画定や、地方交付税の交付額の算定など、多くの法令に利用が規定されており、「法定人口」とも呼ばれます。国勢調査から得られる統計は、他の様々な公的統計を作成する上で欠くことのできない基礎データとして活用されています。例えば、将来人口を推計する上での基礎データや、国民経済計算などの加工統計での基準人口として用いられます。また、毎月の失業率を公表している労働力調査などの人・世帯に関する標本調査は、信頼性の高い結果が得られるよう、全数調査である国勢調査の統計データを母集団として用いて標本設計が行われます。このように、国勢調査から得られる統計は、公的統計の作成・推計ための情報基盤としての役割を担っています。

◆こころのひろばには専属の国勢調査員がいます◆
国勢調査は、住民票などの届出に関係なく10/1現在、ふだん住んでいる場所で調査することとなっています。社会福祉施設に入所されている方については、入所状況に応じて調査する場所が異なります。3ヶ月以上入所される方は、入所先で調査します。





夏恒例の『流しそうめん』皆さん美味しそうですねっ(^_-)-☆「た〜くさん食べれちゃうね〜っ」この雰囲気
で食が進みます。(高島ディ井上)



台風と雨降り、ずーっと延期になっていた特養の花火大会！！肌寒い夜になってしまいましたが、
開催出来ました。皆さん童心に戻り花火を満喫いたしました。(特養 小林)

ひろば特養

マシンフィットネスサロン
イキイキ
こころ域活サロン OPEN!
2015年11月1日(日)

こんな方にはオススメです！

- 膝や腰などの関節が痛むようになった
- 階段を昇ったり降りたりするのが大変
- 運動不足を実感しているがなかなか...
- いつまでも健康な身体を保ちたい！

気軽に立ち寄れるフィットネスサロン『こころ域活サロン』で健康フィットネス！自分のために、家族のために、健康で元気な身体をいつまでも。フィットネスの後はカフェスペースでゆったりしたひと時を。

ストレッチ効果も期待できるマシンを使ってラクラク運動！

専門スタッフによるサポートで、運動が苦手な方も安心！

脂肪量や筋肉量などを細かく分析する「体組成測定」実施

月額7,000円+税で何度でもご利用可能！



オープン記念
入会金無料
今なら入会金が通常価格 ¥5,000 ⇒ ¥0 +税

10月4日(日) 内覧会&体組成測定会
※当日はこころ秋まつりが開催されており、※参加無料 会場にて整理券を配布します。

マシンフィットネスサロン
イキイキ
こころ域活サロン
事業主体：社会福祉法人こころ
http://www.kokoro5560.or.jp

諏訪市高島1-21-14
ひとまちイキイキこころの広場内
こころ薬局2F フィットネススタジオ
TEL:0266-54-0000 FAX:0266-54-0000

予告
『社会福祉法人こころ
10周年記念講演会』
諏訪赤十字病院 大和院長
11月7日(土) 午後2時より 浜の湯にて

回覧
区民のみなさんへ、下記のとおり10月4日(日)に「こころ秋まつり」を開催いたします。地域に開かれた福祉事業を目指しております。 地域防災倉庫の見学も出来ます。 仮口「こころ域活(イキイキ)サロン」がプレオープンいたします。運動後のクールダウン!!こちらへもお出かけ下さい。

社会福祉法人こころ
こころ秋まつり

和太鼓演奏
民謡・阿波踊り
歌謡ショー etc.

*模擬店
*バザー
*多数出店予定

*健康相談
*歯科相談
*服薬相談

月日：平成27年10月4日(日)
時間：午前10時～午後2時(予定)
場所：こころのひろば(主会場)
主催：こころ秋まつり実行委員
諏訪市高島1-21-14 こころのひろば TEL0266-54-5610