

介護老人保健施設

グリーンリース赤枝

GL通信

平成29年2月号

節分

毎年【節分の日】には施設内で各フロア毎に『豆まき』を行っていたのですが、今年は施設内でインフルエンザ感染が発生した為、残念ながら中止することになりました。節分とは豆まきによって【無病息災】を願う日です。昔は季節の変わり目には邪気(鬼)が生じると考えられていて、季節が変わる前に『邪気を払う』という意味で『豆まき』を行うそうです。鬼を追い払う豆まきは出来なかったですが、今年も1年皆様が元気で過ごしていただけますように。。。

習字

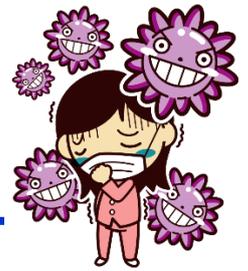


鬼は外  
福は内

毎月行っている習字レクとは別に、昨年11月から月に1回ボランティアの方に来ていただき習字を行っています。今回の参加者は7名の入所者様。みなさま最初にお手本を選び、お手本を見て筆を走らせる表情は真剣です。「上手く書けないわね」とおっしゃっていましたが、みなさまとても達筆な文字で書かれていました。



# インフルエンザが猛威をふるっています！



## インフルエンザと風邪の症状の違いは？

インフルエンザは季節性で11月～3月頃まで流行しますが、風邪は1年を通して見られる症状です。インフルエンザにかかる人は11月頃から増え始め、ピークは12月～3月頃までに患者数が増えます。

風邪の特徴は、発熱は軽度で、くしゃみや咳、喉の痛み、鼻水・鼻づまりなどの症状も風邪をひいてからゆっくりと症状が進んでいきます。

インフルエンザは、急激に症状が出て高熱になり、全身の倦怠感や食欲不振など全身症状が現れ、関節の痛みや筋肉痛、頭痛の症状もあります。肺炎や脳炎などを併発して合併症になり重症化するケースもあります。

症状	風邪	インフルエンザ
発症時期	1年を通して発症	冬季に発症
主な症状	呼吸器症状 消化器症状	<b>全身症状</b>
症状の進行	ゆるやか	<b>急激</b>
発熱	37～38℃の微熱	<b>38℃以上の高熱</b>
主な症状	くしゃみ、咳 喉の痛み 鼻水、鼻づまり	咳 喉の痛み 鼻水 <b>全身の倦怠感</b> <b>食欲不振</b> <b>関節痛、筋肉痛、頭痛など</b>
ウィルス	ライノウィルス コロナウィルス アデノウィルスなど	インフルエンザウィルス

## インフルエンザの予防には！



マスク



手洗い



うがい

手指のアルコール消毒も効果的です！

