

インフルエンザにかかりやすい季節です！！

◆インフルエンザとは…



インフルエンザとは、「インフルエンザウイルス」によって引き起こされる感染症です。

インフルエンザにかかると 38℃以上の急な発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛、倦怠感などの全身症状が強くあらわれ、あわせて鼻水、咳、のどの痛みなどの症状もみられます。

特に、高齢者の方がインフルエンザにかかると、気管支炎、肺炎などを併発し重症化し、最悪の場合は、死に至ることもあります。

そのため「インフルエンザかな？」と思われる場合は、早めに医療機関を受診して、適切な治療を受けるようにしましょう。



◆インフルエンザとかぜのちがい

	インフルエンザ	かぜ
発熱	高い(38℃以上)	熱はないか微熱程度
主な症状	かぜの症状に加え、発熱、関節痛、筋肉痛、倦怠感など	のどの痛み、咳、鼻水など
発症	急激	ゆっくり
合併症	気管支炎、肺炎など	ほとんどない
発生状況	流行性	散发性

☆日常生活におけるインフルエンザの予防法

- ・人ごみを避け、外出時には必ずマスクを着用しましょう。
- ・帰宅時には必ず「手洗い」「うがい」をしましょう。
- ・栄養と休養を十分にとりましょう。
- ・室内では加湿と換気をよくしましょう。



◇センター利用者カードの更新について◇

☆平成29年4月から使用する新しいセンター利用者カードへの更新手続きを1月から行う予定です。

☆詳しい日程などは後日お知らせします。

山谷地域結核検診のお知らせ

結核は決して過去の病気ではありません。セキ、タンなど2週間以上続いている人は、必ず検査を受けましょう。治療せず放置すれば自分自身だけでなく、感染により、周囲の人の命を危険にさらす恐ろしい病気です。

○自覚症状のない方も、年に1度はレントゲン検査を受けましょう！！

- ◆日時：平成29年1月23日（月）
 午前の部 9：30～11：30
 午後の部 12：30～14：30
- ◆場所：「前島園」前（日本堤1-25-4）
- ◆費用：無料☆予約は不要です。
 ※結果はその場でわかります。



◇ビル清掃(中級)受講者募集!!

定員：5名（先着順）

募集期間：平成29年1月4日（水）～平成29年2月28日（火）

講習機関：平成29年3月15日（水）～平成29年3月17日（金）

受付時間：9：00～11：30・13：00～16：00

※以前にビル清掃を受講された方でも再受講できます。☆詳細については、3階相談窓口にお越しください。



良いお年をお迎えください。

○年末年始の業務について○

★職業紹介・生活相談・応急援護相談は12月28日（水）まで行っています。

★娯楽室・敬老室の利用は12月28日（水）までです。

※新年は1月4日（水）から通常業務を開始いたします。

本年も「ひろば」をご愛読いただき、ありがとうございました。



31	30	29	28	27	26	25	24	23	22	21	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	土	金	木	水	火	月	日	
					地域クリーンアップ作戦 / 土用	うそ替えの神事（五條天神社）					ひろば / 大寒								まないた開き（坂東報恩寺）	鏡開き		成人の日		七草 / 大根まつり（待乳山聖天）		ひろば				元旦 / 初詣（浅草寺・寛永寺ほか）	

地域クリーンアップ作戦は、1月26日（木）雨天の場合は2月2日（木）です！

