

大田仮設住宅だより

新年号(第29号)
平成26年1月25日
発行者
大田仮設住宅支援員

今年もどうぞよろしくお願い致します。

大田仮設住宅支援員一同

大田仮設住宅自治会 新役員紹介

自治会世話役・会長 村上 さん
副会長 上野 さん ・ 菅原 さん
婦人部 部長 梅澤 さん
副部長 及川 さん ・ 小松 さん

ノロウイルス、インフルエンザが流行しています。

ノロウイルス予防の基本は1にも2にも手指衛生(アルコールでは、効き目無し)

- 手洗いの超徹底(トイレの前後・食事の前後・調理の前後)
石けん・ハンドソープなどをよく泡立てて、指の間・手首・手のしわの間、30秒間あらえるといいね、ペーパータオルで手指の水気を吸い取る、ハンカチ・タオルは、必ず個人専用にする。
- 汚物の適切な処理(ふん便・おう吐物など)
- 食器や調理器具の十分な加熱(85℃以上で、1分間以上)

インフルエンザの予防にも、手洗い、うがいの励行、それから歯磨きも、そしてマスク着用!!

日頃からバランスの良い食事、十分な睡眠をとり、体力や抵抗力を高めることも大切です。空気が乾燥すると、インフルエンザにかかりやすくなります。(のどや鼻の粘膜の防御機能が低下)室内は適度な湿気(50~60%)で、空気の入替えも。マスク着用は、咳エチケットや予防の為。

流行にのらないように、みなさん気をつけて下さい。

 陽だまりの会 平林仮設と合同
「生き生き元気 健康づくり教室」



2月にも開催されます。
まだ間に合いますので、是非ご参加申込みくださいませ。

【2月の予定している行事】

日 時	行 事 名	場 所	主 催 者
2月 9日(日)	傾聴・マッサージ	大田談話室	AAR 難民を助ける会
14日(金)	健康づくり教室	ふるさとセンター	陽だまりの会
25日(火)	就職相談会	大田談話室	ハローワーク

17日 金曜日

日本赤十字社主催の



入念な準備運動

19日(土) 東北癒し隊



マッサージ・整体 です。

今回は子供達同伴



今年何回目の雪?

♥ 忘れていませんか?

災害公営住宅の仮申込みの締め切りが迫っています。1月31日までに封書を投函して下さい。