

手洗いが重要!!

手洗いは、新型コロナウイルスだけでなく、他の感染症にも効果があります。

正しい手洗い

- ① ひじから下を流水でぬらし、汚れを落とす

- ② せっけんをとり両手のひらでよく泡立てる
手のひらをこすり合わせるようにして泡立てます。

- ③ 手の甲を洗う
反対の手のひらで甲を伸ばすようにこすりあわせます。

- ④ 指の間を洗う
指を組んで、付け根からしっかりと。親指は握ってねじるようにこすります。

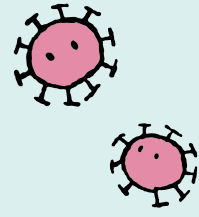
- ⑤ 指の先を洗う
指先を手のひらに当てて、円を描くようにこすります。

- ⑥ 手首を洗う
反対の手で握りねじるようにこすります。

- ⑦ 流水でよくすすぐ
汚れや石けんが手に残らないよう、しっかりとすすぎます。


予防法は「かぜ」と同じ
新型コロナウイルスは、くしゃみやせきの飛沫でうつる「飛沫感染」と、ウイルスのついた手で鼻や口をさわるとうつる「接触感染」が経路と言われています。これは一般的な「かぜ」やインフルエンザも同じで、新型コロナウイルスも共通の方法で予防できるとされています。

- 新型コロナウイルスを含む
かぜ・肺炎予防
- ・こまめに手を洗う
 - ・人混みを避ける
 - ・せきが出たらマスク着用
 - ・歯みがき・うがいは毎食後
 - ・食事・睡眠は規則正しく
 - ・他の持病をしっかりと管理



緊急企画

新型コロナウイルス

手洗い後に消毒用アルコール

新型コロナウイルスはアルコールに弱いので、手洗い後に消毒用アルコールを使うとより効果的です。消毒用アルコールは水で薄まると効果が弱くなるので、水気をよく拭き取ってから使いましょう。

物の消毒には塩素系消毒剤

物の表面についていたウイルスを消毒するには、次亜塩素酸ナトリウム（食器用の漂白剤など）の入った塩素系の消毒剤が有効です。

塩素系消毒剤の作り方

キャップ半分弱(約2ミリリットル)の消毒剤原液を500mlペットボトルの水に加えれば、250倍希釈となり、0.02%の消毒液ができます。

もし、かかったら?

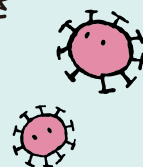
新型コロナウイルスに感染して発症すると、次のような症状が出ます。潜伏期間は最短で1日、最長で14日とされています。

- ・発熱
- ・せき
- ・息苦しげ
- ・筋肉痛・体のだるさ
- ・(重症化すると肺炎・呼吸困難・腎臓の機能の低下)

ほとんどの人は軽い症状ですが、およそ5人に1人が重症化すると見られています。他の持病がある人は、免疫力が下がっていると重症化しやすいので、注意が必要です。

病院に行く前に電話で相談を!

新型コロナウイルスの疑いがある場合は、病院に行く前に必ず電話で相談してください。



書き初め & カレンダーづくり

今年は子(ね)年です



デイサービス
結
だより

今年最初の
壁画づくり
紙を丸めて
雪だるまに



先日近くのコンビニで買い物をしたとき、レジでたどたどしい言葉で対応してくれた若い女性店員さんも、不慣れな日本語もかわいいとさえ思えてきます。言葉以外は手慣れた様子で対応してくれました。わざわざ遠い国で働いてくれ

最近、どこもかしこも人手不足で大変なようです。介護業界以外にもいろいろなど、深刻な問題となっております。そのピンチを救ってくれているのが外国人労働者です。ほとんどはアジア系の若い人たちなので違和感がなく、元氣も良いので親しみが持てます。ただ、新しい日本語の応対も、一生懸命日本語を覚えてくれたんですよ。あと頭が下がる思いであります。

最近、どこもかしこも人手不足で大変なようです。介護業界以外にもいろいろなど、深刻な問題となっております。そのピンチを救ってくれているのが外国人労働者です。ほとんどはアジア系の若い人たちなので違和感がなく、元氣も良いので親しみが持てます。ただ、新しい日本語の応対も、一生懸命日本語を覚えてくれたんですよ。あと頭が下がる思いであります。



所長コラム オオブタ日記

「日本はこれからどうなるんや！学校の教育はどうなつとるんや！などと、一気モードへ。」

でも、ワタシもよく「何言ってるのかワカン」とか「舌が悪すぎる」とか「話がおもろない」とか言われるので、似たようなもんかもしれません。言葉使いに自信がない人は、名札に適当なカタカナの文字を書いとくと、「日本で頑張っている外国人」と思われて、良いイメージを持つてもらえるのかもしれない。

でも、ワタシもよく「何言ってるのかワカン」とか「舌が悪すぎる」とか「話がおもろない」とか言われるので、似たようなもんかもしれません。言葉使いに自信がない人は、名札に適当なカタカナの文字を書いとくと、「日本で頑張っている外国人」と思われて、良いイメージを持つてもらえるのかもしれない。



趣味 いろいろ
園芸
茨木市 K・W 様
いつも月刊はいさいに育てたお花の写真をお送りくださるW様。今回は、魚を釣り上げたような花の形がかわいいタイツリンウと、たくさん鮮やかな花を咲かせた菊をお見せくださいました。



ゆいまーる

居宅介護支援・訪問介護
通所介護・介護タクシー
<http://yuinet.co.jp/>

ゆいまーるケアセンター
ゆいまーるケアセンター総持寺
デイサービス 結

茨木市沢良直西1丁目13-25 美山ビル1F TEL: 072-601-0696 / FAX: 072-601-0697
茨木市庄2丁目10-103 アバンテ茨木1F TEL: 072-601-0007 / FAX: 072-601-0875
茨木市沢良直西2丁目2-7 TEL: 072-667-5501 / FAX: 072-667-5502

Yuinet デザインラボ ユイネット ホームページ制作/印刷物デザイン/商品写真撮影/広告企画・コンサルティング

UD FONT
by MORISAWA

見やすく読みまちがえにくい
ユニバーサルデザインフォントを採用しています。

2月号 2020年2月1日発行 第98号
編集・挿絵 宮田なつ子 制作・発行 有限会社ゆいまーる