

デイサービスセンターごごしま新聞

社会福祉法人 豊島 済生会松山老人保健施設にぎたつ苑通所介護事業所（ごごしま）

〒791-8093 松山市泊町618-4

TEL 089-961-5800 URL <http://nigitsu.saiseikai.or.jp>

苦情・相談窓口：通所介護 管理者 西原勇平 居宅介護支援事業所 管理者 井川義伸

4月号 (Vol.008)

令和3年4月1日発行

発行者：施設長 山本昌也

編集：管理者 西原勇平

担当：陰原豊（広報委員会）

小泊通信 ~デイサービスの話題をお伝えします~

新型コロナウイルス感染症の流行が続いています。デイサービスでは、感染予防策として、ご利用者様が使うテーブル席にパーテーション(仕切り板)を設置しました。

この板があることで、話したり、咳・くしゃみをしたりした時に、口から出る飛沫(つばなど)が、向かい側に座っている人へ届きにくくなります。新型コロナウイルスの主な感染経路は飛沫によるものと考えられており、飛沫を遮るパーテーションの設置は、感染予防に一定の効果があるとされています。

ご利用者の皆様には、テレビが見えにくい、向かいの人と話しにくいなど、不自由な場面もありますが、ご理解いただきますよう、よろしくお願いいたします。

一日も早く感染が収まり、気兼ねなく友人とのおしゃべりができますように！

各テーブルに1つずつパーテーションを置きました



椅子に座ると、板が顔の位置より高くなります

フロアの雰囲気少し変わりました



顔が見えないのは、ちょっとさみしいですね

ごごデイ塾

～生活に役立つ知識をお伝えします～

「春は花粉症にご用心！」

花粉症の人には、つらい季節が到来しました。テレビの報道によると、今年の愛媛県内の花粉飛散量は、昨年にくらべるとかなり多めになるだろうとのことですが、すでに症状が出て困っている人もいないのでしょうか。花粉症はスギなどの花粉が体に入ることによって発症し、主な症状は目・鼻・のどの不調です。今回は「日常生活でできる花粉症対策」をお伝えしますので、普段から気を付けていただくと、つらさが軽減できるかもしれません。（※発症を完全に防ぐことはできません。症状がひどい人は病院受診をしましょう）

＜花粉症の主な症状＞

鼻の症状 : くしゃみ・鼻水・鼻づまり

目の症状 : 目のかゆみ・涙・充血

のどの症状 : のどの痛み・咳・痰

その他 : 皮膚のかゆみ・食欲減退・下痢・微熱



外出するときには、マスクを着用して、鼻・のどへ入ってくる花粉の量を減らしましょう。また、花粉から目を守る道具として、花粉対策用のメガネ（ゴーグル）が市販されています。



今の時期に、テレビの天気予報を見ると、翌日の花粉飛散量を予報していることがあります。花粉がたくさん飛ぶと予想される日は、なるべく外出を控える、もしくは短時間ですませるようにすると良いでしょう。



外出時は服装に気を付けましょう。花粉は毛織物など毛羽立った生地に付きやすく、綿や化繊には付きにくい傾向があります。

また、帰宅後は、すぐに洗顔とうがいをし、花粉を洗い流してしまいましょう。



鼻やのどの粘膜を健康な状態に保つことが大切です。ストレス・睡眠不足・お酒の飲みすぎなどは、粘膜に負担をかける要因となります。

