

なにわローランド通信

社会医療法人中央会 介護老人保健施設なにわローランド
〒660-0892 尼崎市東難波町1丁目3番10号

(電話) 06-6481-8010

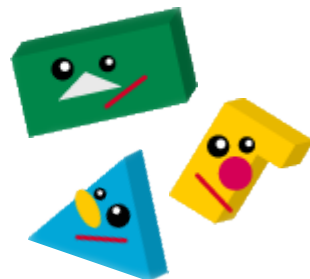
(HP) <http://www.chuoukai.or.jp>

No.239

3月



ノロウイルスって???



ノロウイルス胃腸炎は11月～2月にかけて流行する感染性胃腸炎で、
感染力が非常に強いのが特徴です。

感染経路は主に、①経口感染 ②接触感染 ③空気（塵埃(じんあい)）感染 です。

感染予防法としては・・・

☞【十分な加熱処理でウイルス退治】

食品に付着したノロウイルスを死滅させるためには、中心温度85℃～90℃、90秒以上の加熱処理が必要です。

☞【流水・せっけんでの手洗い】

ノロウイルスにはアルコール消毒が効かないため、流水とせっけんで手洗いをするのが最も有効です。症状がない場合でもノロウイルスに感染しており、ふん便中に排出している可能性があります。普段からこまめな手洗いを心がけましょう。

ノロウイルスになったら・・・

☞【下痢止めは飲まないように！】

ノロウイルスには治療薬がないため、安静にして身体を休めましょう。下痢止めで下痢を止めてしまうと、ノロウイルスが腸管内に留まって、かえって回復を遅らせる可能性があります。

☞【脱水に注意！】

脱水にならないよう、こまめな水分補給を心掛けましょう。水分補給には経口補水液やスポーツドリンクが効果的です。吐き気が強い時や嘔吐直後は、水分をとることで嘔吐を誘発することもあるので、少し時間をおいて落ち着いてから少量ずつ飲むようにしましょう。

☞【注意する食べ物】

繊維の多い野菜や、柑橘類、チーズ・ラーメンなどの油分の多い食品は腸を刺激し、下痢を悪化させますので控えましょう。



家族会のご案内



日時：令和6年3月23日（土）10時30分～11時30分



内容：介護保険法改正とそれに伴う利用料金の変更について

場所：介護老人保健施設 なにわローランド（4階リハビリ室）

令和6年4月に介護保険法改正があります。

これに伴い、利用料金の変更に関する説明会を行います。

2月下旬～3月頭にかけて、皆様には別途お知らせにてご案内させていただきますので、お忙しいところお手数ではございますが、出欠票のご提出をお願い致します。

なお、ご参加頂く際は、なるべくお車でのご来所はご遠慮頂き、公共交通機関又は自転車でお越し頂きます様ご協力宜しくお願い致します。

なにわつどいCaféのご案内



日時：令和6年3月22日（金）13時～14時30分

内容：談話、手作業、認知症ミニ講座、体操

場所：介護老人保健施設 なにわローランド（4階家族介護教室）



3月も、皆様と集い会い“ほっこり”できればと思います。

温かい珈琲などもご用意しております。

困りごと等の相談も大歓迎です！お気軽にお問い合わせ下さい！

3月の予定

通所喫茶：18～23日

通所お誕生日会：22日

マッサージ(通所)：毎週火、水、金、土曜日

入所お誕生日会：24日

入所喫茶：毎週水、日曜日

お好み焼き：6日(3F)、13日(2F)、25日(デイ)

行事食（ひなまつり）：3日

ご当地メニュー（秋田県）：22日

