

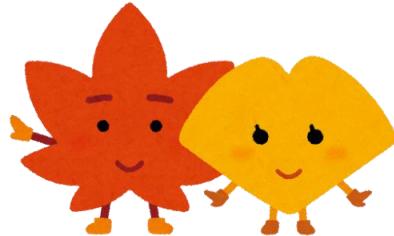
11 がつ いむだより

少しづつ冬が近づいてきて、肌寒くなってきました。作業所では感染対策として、うがい手洗い、所内のマスク着用を続けていきます。

温度調節の関係で、気温に合わせた衣類にご協力いただきながら、換気をしていきたいと思います。

冬の服装について

暖房をしても、作業をしている部屋は定期的に窓を開けて換気します。その際は寒くなりますので、寒暖の調節ができるような衣服の準備をお願いします。厚手のものを1枚着るよりも薄手のものを2枚重ねる方が空気の層ができて温かになります。また、羽織物を1枚持っておくと簡単に対応できます。ご協力よろしくお願ひいたします。



～風邪と呼吸器感染症の違い～

かぜ

喉の痛み・鼻水・くしゃみ・咳などの症状が中心で全身症状はあまり見られません。

インフルエンザウィルス感染症やコロナウィルス感染症等

38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など、全身の症状が突然現れます。また、かぜと同様に、喉の痛み、鼻水、咳などの症状も見られます。突然の高熱が出たら医療機関にまずは相談して、その後受診しましょう。

予防接種について

感染力の強いインフルエンザウィルス感染症ですが、予防接種をしておくと発病しても重症化するのを防ぎます。接種後抗体ができるのは2週間くらいかかるので年内には接種を済ませておきましょう。

予防接種を受けたら、連絡帳でお知らせください。



健康な体つくりが感染症の予防に！！

手洗いが感染症の予防の基本です。

今年はインフルエンザの流行が早くなっています。コロナウイルス感染症の影響で、各ご家庭でも今まで以上に気をつけられていると思います。また、規則正しい生活や十分な休息で、ウイルスを寄せつけない強い体を作ることも感染症予防になります。皆で気をつけていきましょう。



マスクをしよう



うがいをしよう



消毒しよう



手を洗おう



♪今年も残り少くなりました。皆さん風邪を引かないように過ごしましょう♪

