

### インフルエンザ予防

寒くなつてきて乾燥が気になるシーズン。インフルエンザの報告が少しづつ出てきています。インフルエンザに関する3原則が、しつかりこの時期、予防に役立ちます。

1 感染経路を絶つ（インフルエンザを避ける。マスクをする。手洗い・うがいをこまめに行う。適切な温度・湿度の管理）

2 抵抗力をつける（体力と抵抗力により、インフルエンザにかかりにくくなります。十分な栄養・睡眠、適度な運動が重要です。）

3 免疫をつける（予防接種により、ウイルスに対する抗体がつくられます。）

あるふあ国立でも、入所者様・職員に、対面玄関には手洗い消毒液の設置、除菌消臭効果を生揮する消毒液の設置、ウォーターによる加湿の実施、その他により、適切且つ迅速な対応を心がけることにより、感染予防に努めて参ります。



### あるふあ国立のデイケアサービス

あるふあ国立では、心身状態の維持・外出・他者との交流の機会として、リハビリテーション・レクリエーション・食事・入浴などを提供いたします。

【リハビリテーション】専門の作業療法士・理学療法士・言語聴覚士・マッサージ師を揃え、脳活性化リハビリ・日常生活動作訓練などをスタッフと一緒に楽しく行つていただきます。

【レクリエーション】ゲーム・スポーツ・書道・大正琴・料理・工作活動・カラオケなど日替わりで行つております。職員も利用者様に楽しんで取り組んでいただきます。日々試行錯誤を重ね取り組んでいきます。

【食事】清潔と安全性の徹底はもちろめ、心がけることも腹も温まるような食事を提供しています。

【入浴】浴室は4Fにあり、窓から覗く青空は開放感満載です。車椅子の方でも入れる座位式機械浴槽を完備。安全に気持ちよく、心も体もリフレッシュしたいできます。

【送迎】職員がご利用者さまのご家庭まで送迎いたします。車椅子利用の方でも安心して乗車できます。ようり付きたり、カインドタイプをご利用いたしてまいります。

皆様方のご利用、お待ちしております。

### サンタクロースのトナカイ

サンタクロースは、8頭のトナカイが引くソリの乗った空を飛びます。そのトナカイの名前が、そのトナカイの名前が？

左列前から後ろに  
D D  
P r a n s h e n c e r  
V i r a n s h e n c e r

右列前から後ろに  
C o m e  
D i n d i e t  
B l o u m i n g s e r

8頭のトナカイは、北の神話のオディン神の乗る8脚の神馬スレイプニールに由来するという説もある。



♪編集後記♪  
あるふあ国立にて行っている活動・イベントを1人でも多くできる様にお伝えしていきます。ご協力をお願いします。

居宅介護支援・訪問介護 あるふあ宮町  
 ◎訪問介護事業 営業日：月～土曜日（日・祝日休業）  
 ◎居宅介護支援事業 営業日：月～金（土・日・祝日休業）  
 ◎住所 東京都府中市府中町2-7-3  
 フラワーハイホーム401号室  
 ◎お問い合わせ先 TEL 042-368-5225 FAX 042-368-5226

医療法人社団 三水会 介護老人保健施設 あるふあ国立  
 ◎サービス内容 入所 ショートステイ  
 通所・訪問リハビリテーション  
 ◎住所 東京都国立市谷保1006-1  
 ◎お問い合わせ先 TEL 042-577-8121 FAX 042-577-8130  
 ◎ホームページ http://www.sansuikai.jp/