

# えんがわ

第32号

2009年11月発行

発行元  
衣笠病院グループ  
横須賀市小矢部  
2-23-1  
TEL 046-852-1182

## シヤルウター ダンス?

介護老人保健施設（ろうけん）をご存知ですか？衣笠病院の3階部分に入所50床、デイケア12名の施設です。今年の7月で14周年を迎えました。その記念行事で、私は入所者の奥様と社交ダンスを踊りました。他の入所者様から「私も以前ダンスをしていたのよ、懐かしく以前のことがよみがえって、もう一度立って踊りたいね。そのためにもリハビリをしなければね」と前向きなお言葉を頂きました。最近デイケアに来てご利用者様からの「事務長踊ったんだって？見たかったな」という言葉をきっかけに数名の方が以前

ダンスしていたのよと話が弾んでしまいました。女性の方は、かつて通っていたダンスホールや衣装についてなどの話題で盛り上がりました。そこに男性のご利用者様が、「俺はチークダンス専門だったね」なんて話したり。和やかな雰囲気です。その場が盛り上がりました。

最後に、ご利用者様から「先ず立つことが出来る様に皆でリハビリ頑張ろうね。そしたら踊ってね」という言葉が聞けました。本当に楽しいひと時でした。やる気を起こして頑張る力を見せていただきました。これからも衣笠ろうけんに来てください。

衣笠ろうけん  
事務長 櫻井 義弘

## えんがわ ひとくがちや在宅 モト

一に手洗、

二に手洗い

新型インフルエンザが身近になってきているように感じます。みなさんのご家族でも新型インフルエンザにかかった方がいらっしゃるかもしれません。今日はインフルエンザの予防法について書きたいと思えます。

インフルエンザは飛沫感染と接触感染によって移ります。飛沫感染はインフルエンザにかかっている人の唾液などが直接口の中などの粘膜に入ることによって感染します。二メートルくらいの距離にいると移る危険があると言われます。接触感染はウイルスにかかっている人やウイルスが付いているものをさわったりし

て、それが口に入り感染します。実際には接触感染が非常に多いと言われています。

感染を防ぐ方法は手洗い・マスク・うがいです。

手洗いはもつとも重要です。流水で20秒以上爪・指間を含めて洗います。アルコールを入念にすり込むのも同様に効果があります。マスクは飛沫感染を防ぐだけでなく湿気を与えて感染を防ぎます。うがいは水でするのが良いと言われています。

予防を心がけて、快適な生活を送りましょう。

湘南国際村クリニック

医師 大友 宣



山が紅く色づいてきました。秋の味覚など堪能しながら、冬支度をしましょう

# えんがわ

第32号

2009年11月発行

発行元  
衣笠病院グループ  
横須賀市小矢部  
2-23-1  
TEL 046-852-1182

## シヤルウター ダンス?

介護老人保健施設（ろうけん）をご存知ですか？衣笠病院の3階部分に入所50床、デイケア12名の施設です。今年の7月で14周年を迎えました。その記念行事で、私は入所者の奥様と社交ダンスを踊りました。他の入所者様から「私も以前ダンスをしていたのよ、懐かしく以前のことがよみがえって、もう一度立って踊りたいね。そのためにもリハビリをしなければね」と前向きなお言葉を頂きました。最近デイケアに来てご利用者様からの「事務長踊ったんだって？見たかったな」という言葉をきっかけに数名の方が以前

ダンスしていたのよと話が弾んでしまいました。女性の方は、かつて通っていたダンスホールや衣装についてなどの話題で盛り上がりました。そこに男性のご利用者様が、「俺はチークダンス専門だったね」なんて話したり。和やかな雰囲気です。その場が盛り上がりました。

最後に、ご利用者様から「先ず立つことが出来る様に皆でリハビリ頑張ろうね。そしたら踊ってね」という言葉が聞けました。本当に楽しいひと時でした。やる気を起こして頑張る力を見せていただきました。これからも衣笠ろうけんに来てください。

衣笠ろうけん  
事務長 櫻井 義弘

## えんがわ ひとくがちや在宅 モエ

一に手洗、

二に手洗い

新型インフルエンザが身近になってきているように感じます。みなさんのご家族でも新型インフルエンザにかかった方がいらっしゃるかもしれません。今日はインフルエンザの予防法について書きたいと思えます。

インフルエンザは飛沫感染と接触感染によって移ります。飛沫感染はインフルエンザにかかっている人の唾液などが直接口の中などの粘膜に入ることによって感染します。二メートルくらいの距離にいると移る危険があると言われます。接触感染はウイルスにかかっている人やウイルスが付いているものをさわったりし

て、それが口に入り感染します。実際には接触感染が非常に多いと言われています。

感染を防ぐ方法は手洗い・マスク・うがいです。手洗いはもつとも重要です。流水で20秒以上爪・指間を含めて洗います。アルコールを入念にすり込むのも同様に効果があります。マスクは飛沫感染を防ぐだけでなく湿気を与えて感染を防ぎます。うがいは水でするのが良いと言われています。

予防を心がけて、快適な生活を送りましょう。

湘南国際村クリニック

医師 大友 宣



山が紅く色づいてきました。秋の味覚など堪能しながら、冬支度をしましょう