

インフルエンザに注意！！

～インフルエンザとは～

インフルエンザは、インフルエンザウイルスを病原とする気道感染症で、一般的なかぜ症候群とは分けて考えるべき「重くなりやすい疾患」です。

毎年世界各地で、大なり小なり流行し、日本でのインフルエンザ発生は、毎年11月下旬から12月上旬頃に始まり、翌年の1～3月頃に患者数が増加し、4～5月にかけて減少していきます。

今年は、9月に流行入りし、

10月26日（日）に愛知県は、

「インフルエンザ注意報」を発令しました！

～インフルエンザにかからないためには～

正しい感染対策をしよう！！

感染対策としては、マスクの着用、手洗い、うがい、人込みを避ける、ワクチン接種等があります。

今回は正しい手洗いのポイントを紹介します。



インフルエンザウイルスの
電子顕微鏡像

病院だより
新城市民病院

第229号

新城市民病院総務企画課

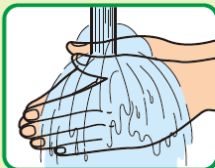
新城市字北畑32-1

Tel 0536-23-7852

Fax 0536-22-2850



手指の正しい洗浄手順



① まず手指を
流水でぬらす



② 泡状の石けん液を
適量手の平に取り出す



③ 手の平と手の平を
擦り合わせ
よく泡立てる



④ 手の甲をもう片方の
手の平でもみ洗う
(両手)



⑤ 指を組んで両手の
指の間でもみ洗う



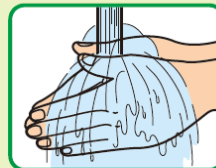
⑥ 親指をもう片方の
手で包みもみ洗う
(両手)



⑦ 指先をもう片方の
手の平でもみ洗う
(両手)



⑧ 両手首まで
ていねいにもみ洗う



⑨ 流水でよくすすぐ

正しい手洗い等の感染対策を行い、

来年も楽しく元気な1年にしましょう♪

第2回健康教室を開催しました！！

糖尿病の運動・食事療法

～はじめてみよう減塩：管理栄養士～

糖尿病について正しく理解し、食事をするときにはゆっくりよく噛んで食べることや今日からでも取り組める塩分を控える方法等を学んでいました。

また、普段自分が摂取している塩分量を塩分チェックシートを使い振り返りました。



～寒い季節の室内運動：理学療法士～

運動をする必要性や頻度、効果的な運動を実践を交えながら行いました。

実践では、家でも気軽に行える運動のポイントを学びました。

院内

研修を実施しました！！

身体拘束研修

～身体拘束とは～

本人の行動の自由を、本人以外の者が制限することです。そのため、本人の尊厳を守るために、適正な手続きを慎重に行う必要があります。

研修では、講義のほか動画を視聴、実際にあった事例をもとに患者さんへの対応や身体拘束について知識を深めました。



新城市民病院では、安全な医療を継続して提供するため、今後も研修等を行っていきます！