

新城市民病院
病院だより

第95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

健康Topics
インフルエンザ
対策は万全に!

インフルエンザは、例年11月から12月にかけて流行が始まり、1月から3月に流行のピークを迎えます。インフルエンザの感染力は大変強力です。家族や周囲の人たちに感染を広げないように、予防対策を万全にして流行シーズンを乗り切りましょう。

予防接種はお早めに!

* 予防接種はインフルエンザの発症を防いだり、発症しても軽症化させる効果があります。
* ワクチンの効果が現れるまでに2〜4週間かかります。予防接種は流行前に済ませておきましょう。

マスク着用。
人混みを避ける

* インフルエンザの主な感染源は、咳やくしゃみの際に口から飛び散る飛沫（小さな水滴）です。飛沫による感染を防ぐため人混みを避け、外出時はマスクを着用しましょう。



外出後の手洗い

* 流水・石けんによる手洗いは、手に付着したウイルスを物理的に除去することができます。外出後は手洗いを忘れずに。



適度な湿度

* 空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、感染しやすくなります。室内で湿度50〜60%を保ちましょう。



休養と栄養バランス

* 体の抵抗力を高めるため、十分な休養とバランスの取れた栄養摂取を心掛けましょう。



お知らせ 世界糖尿病デー in 新城 を開催します

- 日時 11月15日(土) 午前10時～午後3時
- 場所 穂の香看護専門学校 (新城市川路字萩平1-125)
- 内容
 - ① 体験コーナー (午前10時～午後2時)
動脈硬化測定・体組成測定(各先着30名)、血糖測定、運動紹介、歯周病予防、お薬相談など
 - ② 基調講演「糖尿病予防から繋がる健康なまちづくり」(午後2時～3時)
講師 浜松医科大学 健康社会医学 尾島俊之先生
- 主催 新城市糖尿病対策研究会 (新城市民病院・新城保健所・新城保健センター)

穂の香看護専門学校 学校祭
と合同開催です!

院内あれこれ 新城市民病院で開催した行事や勉強会を紹介します

H26.
9

- 平成26年9月30日(火)
緩和ケア勉強会 開催

10

- 平成26年10月9日(木)
症例検討会 開催
- 平成26年10月14日(火)
外科勉強会 開催
- 平成26年10月15日(水)
栄養管理勉強会 開催
- 平成26年10月20日(月)
褥瘡対策勉強会 開催
- 平成26年10月22日(水) ✓
心電図勉強会 開催
- 平成26年10月23日(木) ✓
第5回看護師復職支援研修 開催
感染対策勉強会 開催

PICK UP



平成26年10月22日(水)
心電図勉強会 開催

救急運営委員会主催の心電図勉強会が開催されました。夏目臨床検査技師が講師を務め、心電図の基礎的な事項から波形の読み方まで練習問題を交えて学習しました。



PICK UP



平成26年10月23日(木)
感染対策勉強会 開催

インフルエンザの流行時期を前に、院内感染対策委員会主催の勉強会が開催されました。総合診療科木村天永医師が、海外の文献情報も交えながらインフルエンザに関する情報を解説し、参加した職員は熱心に受講していました。また、感染予防の観点から、マスクや手袋などの防御具の正しい着脱方法について実演が行われ、基本的な手技を確認しました。

