

スタッフ各位

あっとわーく

## 感染症対策を！！

日々の業務お疲れ様です。

この冬は、11月も含めて、記録的な「暖冬」の気候推移となっています。

「暖冬」は、文字どおり、過ごしやすいというイメージがありますが、実はこの現象は、ヒトの身体にとって必ずしも良いものではないということです。

- 日毎、および昼と朝晩の気温差や気圧差に身体の機能が追いつけず体調を崩しやすい。
- 外出するヒトが増えるため人ごみがしやすい。
- 高気圧で晴天が多くなり、空気が乾燥しやすい。

その結果、

### ★感染症（特にウィルス性感染症）の蔓延しやすい状況となる

※既に、全国的に例年を大幅に上回る感染症が広がっている模様です。

ノロウィルス、RSウィルス、インフルエンザ、おたふくかぜ 等々。

### →→ 対策

#### ■外出時の防寒着の準備

寒暖差に対応するため、外が多少暖かく感じても用意、或いは着衣する。  
短時間で気温が5度下がると、身体機能へのダメージは想像以上とのこと。  
防寒をしっかりする厳寒の冬のほうが感染症患者は減少する傾向がある。

#### ■マスクの着用

勤務中（ご利用者様宅内）、外出時（特に人の多い場所）での着用は今や必須！？  
空気・飛沫感染を極力防ぎ、口鼻の乾燥も抑えます。

#### ■手洗い

特に、真夏と真冬はひんぱんに行うようにしましょう。  
ご了解いただければ、ご利用者様の手指のいっそうの清潔も励行していただければより効果的。

当たり前の対策ばかりですが、予防医学は凡事徹底の積み重ねです。  
もう一度、習慣を見直しましょう。