



知って得する

みまもりだより



2015年12月号

Vol. 76

文花高齢者  
みまもり相談室広報誌

文花高齢者みまもり相談室の

# ネットワークづくり



文花高齢者みまもり相談室は、支援が必要な高齢者の早期発見早期支援、認知症の正しい知識と理解を普及啓発するため、人や地域、様々な組織とネットワークづくりの活動をしています。

## 地域とつながる



文花中学地域ふれあいまつり  
高齢者の疑似体験コーナー



## 人とつながる



文花団地第27パート団地まつり  
「見守り協力員」のお二人と  
ハイ!ちーず

森永乳業、  
ヤクルトと参加



## 組織とつながる

### 墨田区高齢者福祉大会

「身近な認知症を知る」講演会  
8ヶ所の高齢者みまもり相談  
室の相談員による寸劇を行いま  
した!



## 文花高齢者みまもり相談室

【墨田区委託事業】

担当地域 文花、立花

東京都墨田区文花1-32-1(シルバー人材センター内)

電話:03-3614-6511

〈相談受付時間〉

月~金 9:00~17:00(土、日、祝日、年末年始休み)

担当 青嶋 美千代 たかはし ともよ  
にしやま ようこ 高橋 智代  
西山 洋子



ホームページ <http://www.san-ikukai.or.jp/sumida/tachibana/>

# ノロウイルスにご注意ください

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。ノロウイルスは感染力が強く、ごく少量のウイルスが手指や食品などを介して口に入ることによって感染し、おう吐、下痢、腹痛などを起こします。子どもや高齢者の場合、重症化することがありますので、感染予防をしっかりと行いましょう。

## 感染経路

- ① 感染した人のふん便やおう吐物を介して感染します。
- ② ノロウイルスに汚染された食品を食べて感染します。



## 予防

### ① しっかりと手を洗いましょう

外出後、トイレの後、調理や食事の前、おう吐物やふん便を処理した後は必ず手を洗いましょう。石鹸を使い十分にこすり洗いし、水で流すことによりウイルスは大幅に減少します。こすり洗いは30秒を目安にしましょう。



① せっけんを泡立て、手のひらをこすります



② 手の甲を伸ばすように擦ります



③ 指先、爪の間を念入りにこすります



④ 指の間を洗います



⑤ 親指と手のひらをねじり洗いします



⑥ 手首もしっかりと洗います



せっけんを洗い流し、清潔なタオルで拭き取って乾かします。

### ② 食品はしっかり加熱しましょう

調理の際は中までしっかり加熱しましょう。二枚貝等ノロウイルス汚染のおそれのある食品の加熱は中心温度 85℃～90℃で90秒間以上が目安です。

### ③ おう吐物やふん便は正しく処理しましょう

処理する際は素手で触らず、ビニール手袋を使用します。処理後の消毒は、市販の塩素系漂白剤（ハイターなど）を希釈したものを使用します。

### ④ タオルの共有は避けて、個人ごとに使い分けましょう



## ノロウイルスに関するお問い合わせ

感染症に関することは

保健予防課 感染症係  
5608-6191

食中毒に関することは

生活衛生課 食品衛生係  
5608-6943

その他、高齢者に関するお問い合わせ

高齢者福祉課 地域支援係 5608-6170