

シルバー人材センターは「高齢者等の雇用の安定等に関する法律」に基づき設置されている公益法人です。

第57号



会員だより

平成30年2月15日発行

(公社)小松市シルバー人材センター

〒923-0151

小松市正蓮寺町セイ谷10番地

電話 47-2855 FAX 47-2738

E-mail : komatsu-sc@sjc.ne.jp

URL : <http://webc.sjc.ne.jp/komatsu-sc/>

平成30年2月15日現在会員数：1,028名（男性：633名 女性：395名）

## 講習会開催のお知らせ

講習名	開催日時	開催場所	内容	定員
庭木の剪定講習会	3月14日(水) 10:00~15:00	シルバー人材センター	・庭木の剪定を楽しく学ぶもの。 講師 立花造園	30名
気軽に学べる お掃除講習会	3月19日(月) 10:00~15:00	シルバー人材センター	・プロの掃除の技を学ぶもの。 講師 常沢ビルサービス㈱	15名

★お申し込みは事務局までご連絡願います。（電話47-2855）

## 入会説明会のお知らせ

知り合いの方に声かけし会員をどんどん増やしましょう!

※原則、毎月第2・第4水曜日に入会説明会を開催しています。

	開催日	場所、時間及び持参するもの
平成30年 3月	14日、28日	☆場所 センター2階和室 ☆時間 午前9時~ (5分前にご来場ください) ☆持参するもの ① 印鑑(認印) ② 通帳(口座番号) 〔北國、ゆうちょ銀行、農協〕 ③ 年度会費 1,650円
4月	12日、26日	
5月	10日、24日	
6月	14日、28日	

★詳細については事務局までお問合せください。（電話47-2855）

安全ニュース

# 冬の感染症にご注意

## インフルエンザの巻

流行は11月～5月

どのように感染する？

### 飛沫感染

- ①感染者のくしゃみ・咳・つばなどの飛沫と一緒にウイルスが放出
- ②別の人がそのウイルスを口や鼻から吸い込み感染



感染場所：人が多く集まる場所

### 接触感染

- ①感染者がくしゃみや咳を手で押さえる
- ②その手で周りの物に触れて、ウイルスが付く
- ③別の人が、その物に触ってウイルスが手に付着
- ④その手で口や鼻を触って粘膜から感染



感染場所：電車やバスのつり革、ドアノブ、スイッチ等

かからないためには？

### 感染経路を断つ

- ◎帰宅時や調理の前後、食事前等こまめな手洗いを心がけましょう
- ◎アルコールを含んだ消毒液で消毒しましょう



### 予防接種を受ける



- ◎発症する可能性を減らし、もし発症しても「重症化」を防ぎます

### 免疫力を高める

- ◎普段から十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ、免疫力を高めましょう



かかったら？

### 症状

- ・比較的急速に 38℃以上の発熱
- ・せきやのどの痛み
- ・全身の倦怠感を伴う



インフルエンザの可能性

- ・早めに医療機関に受診
- ・睡眠を十分とるなど安静にして休養
- ・こまめに水分補給が必要
- ・薬は医師の指示に従って正しく服用

他人にうつさないためには？



### ①咳エチケット

### ②人混みや繁華街への外出を控える

熱が下がって数日間インフルエンザウイルスが体内に残っています。周りの人にうつさないよう、外出は控えましょう。

〈出典：首相官邸、政府オンラインホームページ〉