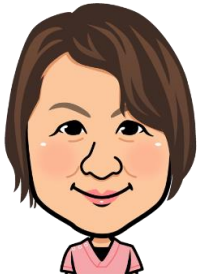


ひだまり

2025年 2月号



管理者 池田千枝子



うし年

所長メッセージ

1月は「行く」2月は「逃げる」3月は「去る」と暦があまりにも足早に過ぎ去りそうで、足を留めてじっくり考えたいこの頃です。今が1年で一番寒い時期ですが、日が長くなってきたことも感じます。暦の上では今年は2月3日が立春、今年の節分は実は2月2日でした。私は【夜お菓子無限鬼】を退治し、薄着に備えたいです！

季節のトピックス インフルエンザ



症状について…感染してから通常 1～3 日間ほどの潜伏期間の後、38℃以上の発熱・頭痛・全身の倦怠感・筋関節痛などが現われ、咳・鼻汁などの症状が続きます。高齢者では肺炎・気管支炎を起こしやすく、小児では中耳炎を起こしやすく、気管支喘息を誘発することもある。

予防方法について…

- ・流行期に人込みを避けること
- ・マスクを着用すること
- ・外出後のうがいや手洗いなどが挙げられます。

出典：国立感染症研究所「インフルエンザとは」

スタッフのつぶやき



杉山 菜菜



うし年

寒い季節になり外に出る事も億劫になる時期ですが、冬になるとスキーやスケートをするのが毎年の楽しみです。今年もグレンデで動いたあとゆっくり温泉に浸かりたいと思います。



天野 梢



いぬ年

訪問看護を始めて、多くの方に出会えて嬉しいなあ～と感じています。プライベートでは、毎日のように子どもと「まてまてえ！」と追いかけてっこです。そんな自分へのご褒美はチョコレート…止まりません！！

このまちで“私らしく今を生きる”を24時間全力で支援します

訪問看護ステーション フォレスト藤枝

〒426-0033 藤枝市小石川町2-8-13

<https://www.forestafujieda.jp/service/nurse-reha.html>

お問い合わせ・ご依頼はお電話にて！

☎ 054-639-7717

【受付時間】9:00～17:00（月～金）

担当：池田・遠藤