

いたばし健康長寿 100 歳！ 第 58 号 令和 3 年 12 月

蓮根おとしより相談センターだより

発行：蓮根おとしより相談センター 電話 5970-9106 監修：板橋区おとしより保健福祉センター 電話 5970-1111

こんにちは！！
蓮根おとしより相談センターです！



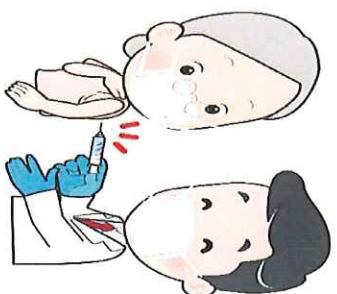
おとしより相談センター（地域包括支援センター）は、保健師・看護師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職が連携をとりながら、地域に暮らす高齢者の日々の暮らしや介護予防などについて、さまざまな側面から総合的にサポートしていきます。
お気軽にご相談ください！

新型コロナウイルス・インフルエンザ

感染症を予防しましょう！ 免疫力を上げましょう！



これから季節は、インフルエンザが流行する時期であり、今年は新型コロナウイルス感染症との同時流行も懸念されます。感染を広げないためにも、一人一人が「かからない」「うつさない」対策を実践していきましょう。具体的には、ソーシャルディスタンスを保つこと、人混みを避けること、話をしながらの会食をしないこと、マスク着用、うがい、歯みがき、室内の換気、ワクチン接種等、また、免疫力を高めるためにも栄養・睡眠・運動等も重要になります。



蓮根おとしより相談センターでは、感染症拡大防止のため、様々な対策を行っています。今後も皆様に安心してご相談いただけるよう、職員一同努めて参ります。何かご不明な点やご心配なこと等がございましたら、下記までお問い合わせください。

蓮根おとしより相談センター
(蓮根地域包括支援センター)

住所：板橋区東坂下 2-2-22
(特別養護老人ホームいづみの苑内)
電話：03-5970-9106