



松原あんすこ通信

第24号



松原あんしんすこやかセンター
(地域包括支援センター)

松原5-43-28

電話 03-3323-2511

FAX 03-5300-0212

令和4年12月発行

しっかり寒さ対策



インフルエンザは 例年12月から3月にかけて流行します

インフルエンザは「インフルエンザウイルス」に感染して起きます。38度以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が急に現れ、高齢の方や種々の慢性疾患を持つ方は肺炎を伴うなど重症化することがあります。

ワクチン接種をする場合は、かかりつけ医と相談しましょう。

※参考：内閣官房ホームページ、厚生労働省ホームページ

予防接種情報

接種期間：令和4年10月1日～令和5年1月31日(自己負担1回のみ無料)

対象者：世田谷区に住民票のある65歳以上の方、該当する身体障害者手帳をお持ちの方(9月下旬発送済み)

接種効果：効果が表れるまでに2週間かかり、約5ヶ月その効果が持続すると言われています

日頃からの感染予防が重要です!!

手洗い・手指消毒

咳エチケット

体調管理

「いつもと体調が違うな」と思ったら、無理をせずに身体を休めましょう。
かかりつけ医に相談、かかりつけ医がいない場合には **#7119** に相談しましょう。

※受診時間外で困ったときは・・・

世田谷区医師会初期救急診療所(世田谷区松原6-37-10)

電話03-5301-0899

月～金 19:30～22:30 土 17:00～22:00

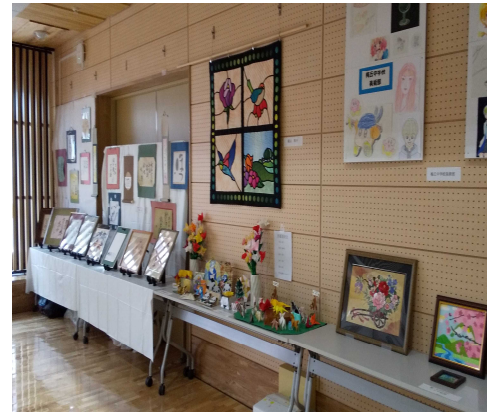
日・祝・年末年始 9:00～12:00/15:00～22:00



※参考：世田谷区ホームページ

地域での取り組み紹介・ あんすこ開催の講座紹介

ふれあい絆フェスタ～松原の文化祭～2022年10月8日(土)開催



昨年の展示に続き、健康測定や健康度相談として「どこでも保健室」を出展し、多世代の方と交流することが出来ました。

「いきいき講座」ご案内

ベル♡エクササイズ

～音楽療法士の先生によるハンドベルを使った介護予防～

日時:12月23日(金)14:00～16:00

場所:松原まちづくりセンター 活動フロアー

ご予約・お問合せは下記 松原あんしんすこやかセンターまで



スマートフォンのカメラを起動して

左の二次元コードにかざしてみてください。

(カメラで読み取れない場合は Google レンズで読み取ってみてください)

松原あんすこからのお知らせ、事業概要などを見ることができます。



*** 松原あんしんすこやかセンター ***

(地域包括支援センター)

松原5-43-28

*** 電話:03-3323-2511**

*** FAX:03-5300-0212**

8:30～17:00

日曜・祝日・12月29日～1月3日はお休みです

ココ