

多世代で集う地域交流スペース ミクスチャーハウスえんだより

2025

2

2025年スタート

今年もよろしくお願いいたします。今年の冬は寒いですね。インフルエンザの流行やコロナに感染したなどの連絡が当事業所にも入ってくるこの頃です。コロナも毎年この時期から増えた記憶があります。マスク着用、手洗い・うがいが心がけましょう。今年巳年。巳年は、変化と再生の象徴とされ、古くから知恵洞察力直観力が高まる年とされているそうです。また、変化や新しい挑戦に対して前向きに取り組むことが重要な年とされています。何か新しいことを始めるのによいタイミングかもしれません。小さなことでも思いついたことが



带状疱疹が増えている理由

- ① 高齢社会の進行により、免疫力が低下しやすい50以上の人口が増加している
- ② 小児への水痘ワクチンの定期接種が始まり、水痘にかかる子供が減少したため、ブースター効果が得られにくくなった
- ③ 新型コロナウイルス4の流行に伴うストレスや生活習慣の変化も免疫力低下を招いている
- ④ 働き盛りのストレスの増加？

带状疱疹の予防には、日ごろの体調管理やワクチン接種が重要です。

早期発見チェックリスト(あさいち情報)

- ① 発疹と痛みが同時にある
- ② 症状が体の片側に出る
- ③ 発疹の数が増えている
- ④ 家族などに様子を見てもらう
- ⑤ 発疹の付近がゾワゾワ触れた感覚が違う
- ⑥ 水疱瘡にかかったことがある
- ⑦ ストレスや疲労がたまっている
- ⑧ ウイルス感染症を患った
- ⑨ 免疫抑制剤や抗がん剤などで治療中
- ⑩ 家族が带状疱疹を患った

ほっと一息

みなさんが楽しく集い、お元気でられますように・・・

ミクスチャーハウスえんでは、地域交流スペースを設け、会員制による中高年の仲間づくり・生きがいづくりの場をご提供します。行政の枠を超えて、子どもさんから高齢者まで利用できるように考えています。スタッフ共々お待ちしております。どうぞご活用ください。

2025

2月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-----------|-------------|-------------|-------------|-------------|----|
| | | | | | | 1 |
| 2 | 2 □音楽 | 4 健康麻雀① | 5 健康麻雀② | 6 ●健康体操 | 7 健康麻雀③ | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 健康麻雀② | 13 | 14 健康麻雀③ | 15 |
| 16 | 17 □音楽 | 18 健康麻雀① | 19 健康麻雀② | 20 ●健康体操 | 21 健康麻雀③ | 22 |
| 23 | 24 | 25 健康麻雀① | 26 健康麻雀② | 27 ●健康体操 | 28 | |

◎健康麻雀①(13:00~16:00) ◎健康麻雀②(13:00~16:00) □音楽(10:45~11:45)
●健康体操(10:30~11:30) ◎健康麻雀③(13:00~16:00)

INFORMATIONS

『会員になってサークルに参加しませんか?』

対象者：大人ならどなたでも。地域も問いません。
お一人で来られる方。

会費：月々1,000円(小学生は会費無料) ま
とめて年会費納入で¥10,000
入会金：1,000円

※講座によっては別途費用がかかる場合もあります。ご確認ください。



『スマイルゆいと地域づくり』

募集中・・・

各種講座の指導者も募集しています。
「楽器の指導」「絵手紙」など、腕に覚えのある方、ぜひご参加下さい。



お問い合わせ・主催

大分市数戸西町1-3 有限会社 スマイルゆい (古村まで)

TEL : 090-7396-2632 FAX : 097-504-7848

E-mail : furumura@wonder.ocn.ne.jp

