



- 倉田会の基本理念**
- 一、患者様と共に
 - 患者様とともに、トータルケアを目標として歩みます。
 - 一、地域と共に
 - 地域とともに、保健事業（予防）・医業・介護福祉事業を開発し、地域の健康維持と健康増進を目標として歩みます。
 - 一、職員と共に
 - 最良の医療・最良の介護を念頭に、患者様、ご利用者様の利益につながるよう検討し、最良のチームを目指して歩みます。
- 関係機関への情報提供や、セカンドオピニオンなど患者様への利益につながるよう努力して歩みます。

新型コロナウイルス感染症 <COVID-19>

◆新型コロナウイルス感染症とは…

発熱や喉の痛み、咳が長引くことが多く、倦怠感を訴える方が多いことが特徴です。

一般的には、**飛沫感染・接触感染**で感染します。

*飛沫感染

感染者のくしゃみ・咳・唾等と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻等から吸い込んで感染することを云います。

*接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触るとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染することを云います。

※新型コロナウイルスは空気感染は、起きていないとされていますが、閉鎖した空間で近距離で多くの人と会話する等の環境では、咳やくしゃみ等の症状がなくても感染を拡大させるリスクがあります。

◆新型コロナウイルス感染拡大を防ぐために…

一人ひとりが、感染リスクの高い3つの「密」を避けた行動で、集団感染（クラスター）拡大を防ぐことが大切です。



令和2年4月7日(火)緊急事態宣言が発せられました。

(東京・神奈川・千葉・埼玉・大阪・兵庫・福岡の7都府県)

不要不急の外出は自粛して下さい。

もし症状に不安がある場合等、一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談下さい。

【厚生労働省相談窓口】

TEL 0120-565653(フリーダイヤル)

受付時間9:00～21:00(土日・祝日も実施)

*感染したかもと思ったら？

*風邪の症状や体温37.5℃以上の発熱が4日以上続いている。

*強い倦怠感や息苦しさがある。

*急な味覚・嗅覚障害の症状がある。

*高齢者や持病のある方、妊婦の方は、37.5℃以上の発熱が2日程度続く場合や倦怠感・息苦しさがある。

最寄りの保健所等

「帰国者・接触者相談センター」に電話相談しましょう。

*感染予防のために…

*外出先からの帰宅時、調理・食事前等は石鹼やアルコール消毒液等による正しい手洗いをしましょう。

*咳エチケットとして、マスクの着用は口と鼻の両方を覆いましょう。

(マスクがない時はティッシュ・ハンカチ等を使用)

*高齢者や持病のある方は、公共交通機関や人混みを避けましょう。

聴覚に障害のある方、電話でのご相談が難しい方

FAX 03-3595-2756

【都道府県・保健所等による電話相談窓口】

=首相官邸HP=

https://www.kanteigo.jp/jp/pages/corona_news.html

制 令和2年4月1日発行 (No.27/春号)

作 医療法人財団倉田会 広報部

・ 〒254-0018

発 神奈川県平塚市東真土4-5-26

行 ☎ 0463-53-1955 Fax 0463-53-1957

元 <http://www.kuratakai.or.jp>

【編集後記】普通であることの大切さをしみじみ感じる今日この頃です。新年度！さあこれから…と云う時に桜も霞むような、新型コロナウイルス感染拡大が、日本はおろか世界中の社会経済と人々の生活に甚大な影響を及ぼしています。実体のないウイルスに不安は募るばかりです。これまで当たり前だと思っていたことが一変して、日常生活の制限や自粛による不自由さが現実となっていきます。自分は大丈夫だろうではなく“感染しない！感染させない”お互いの身を守るために一人ひとりの冷静な行動が問われています。他人事とは思わず一刻も早く日常生活を取り戻して、来年こそは、ゆったりと桜観賞に浸りたいものです。

歯周病に「ご」注意！（豆知識）

80歳（はちまる）にいる運動を「存じ」でしょうか？『いつまでもおいしいものを食べ続けるために』

『いつまでもおいしいものを食べ続けるために』『80歳になつても20本以上自分の歯を保とう』と厚生労働省と日本歯科医師会が推進しています。

成人は、永久歯（親知らず4本を除く）が上下で28本あります。そして20本以上の歯があれば、食生活に「ほぼ満足する」とができると云われています。大切な歯を失う原因で最も多いのが歯周病です。

生活習慣病と云われるこの病気に「成人の約80%の方が罹っています」

（厚生労働相平成17年歯科疾患実態調査より）

◆歯周病とは・・・

歯周病とは、「歯周ポケット」と呼ばれる歯と歯茎のすき間に細菌が繁殖・感染して、歯の周りに炎症が起る病気で、歯肉炎・歯周炎（歯槽膿漏）の総称です。

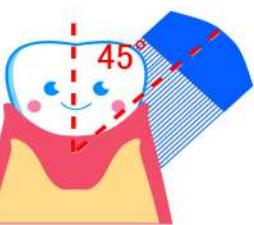
◆歯周病症状

歯肉炎は、歯茎が腫れたり、歯を磨く時に歯茎から血が出てくる症状で、水等の飲み物が、直接歯に染みてしまつ誰もが一度は体験のある軽度の症状のことを云います。

この初期段階でしっかりブラッシングケアをすれば進行を防ぐことはできます。しかしケアを怠ると、歯茎や歯を支えている骨が破壊され、最悪の場合は歯が抜けてしまう恐ろしい病気です。

◆歯周病予防

歯周病予防の第一歩として、正しいブラッシングケア「歯磨き」に始まり歯磨きに終わる」と云われています。歯周病の原因となる歯周ポケット内の歯垢（ブラーク）に、しっかりと歯ブラシの毛先を当てる「毛先みがき」で「取り除く」ことが大切です。



- ①健康な状態 齒と歯茎の間には、1~2mm程度のすき間があります。
- ②軽度歯周病 歯茎の炎症がひどくなり、歯周病菌が歯周組織に侵入して、歯槽骨や歯根膜も破壊され始めます。
- ③中度歯周病 炎症が更に拡大して、歯槽骨も半分近く破壊が進み歯がぐらつき始めます。
- ④重度歯周病 歯槽骨が半分以上破壊され、歯はグラグラになります。

◆お口の健康セルフチェック

歯周病の初期症状に気付いていますか？

暴飲暴食や不規則な生活等、日常生活習慣の乱れが歯周病にな繋がりますので毎日の歯磨きとお口のチェックは重要です。

次の質問に「はい」「いいえ」に○をつけてみましょう。

- ①朝起きた時に、口がネバネバする。「はい」「いいえ」
- ②口臭を感じる。口臭があると云われる。「はい」「いいえ」
- ③歯の根元がしみる。「はい」「いいえ」
- ④歯と歯の間によく食べ物がはさまる。「はい」「いいえ」
- ⑤歯垢、歯石がついていると思つ。「はい」「いいえ」
- ⑥歯みがきをすると歯肉から血が出る。「はい」「いいえ」
- ⑦歯が長くなつたように見える。「はい」「いいえ」
- ⑧かたい物をかむと痛い。噛めない。「はい」「いいえ」



くらた病院看護師長 田邊 裕子

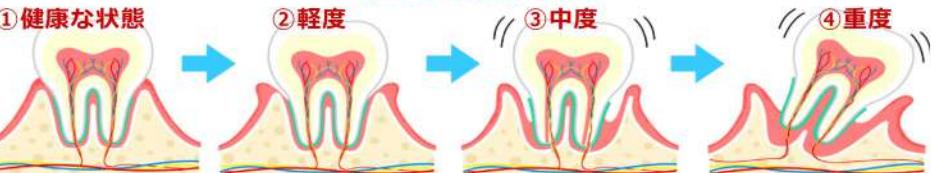
一つでも該当したら歯周病の疑いがありますので、重症にならないように

歯科医院で相談しめしょ。

【かかりつけ歯科医を持つことのすすめ】

「食べる」「会話する」と云う日常生活を送るついで、大切な「生きる力を支える生活の医療」です。気軽に相談にのってくれたり指導をしてくれるかかりつけ歯科医を持ち、虫歯や歯周病を早期発見・治療して大切な歯を失わないようにしましょう。

《歯周病進行過程》

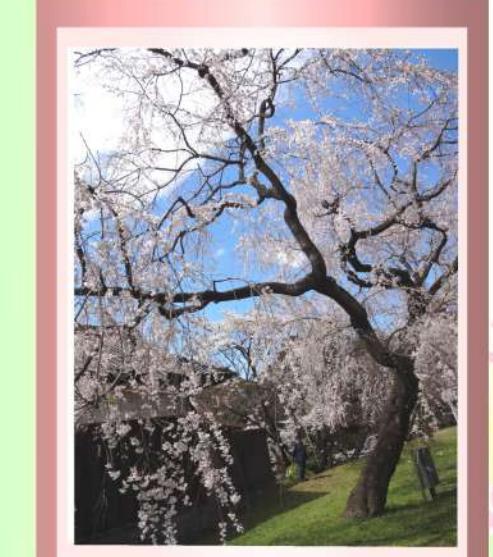


春を彩る旬菜を
もう一品添えてみては…



☆食材（4人分）

- 菜の花1束
- 卵1個
- ★調味料
- 味噌大さじ1/2
- ヨーグルト大さじ2
- レモン汁
- 蜂蜜小さじ1



表紙と同じ昨年の皇居乾通り桜一般公開の様子です。来年はゆっくり桜観賞したいのですね

広報部

ほのぼの展覧会



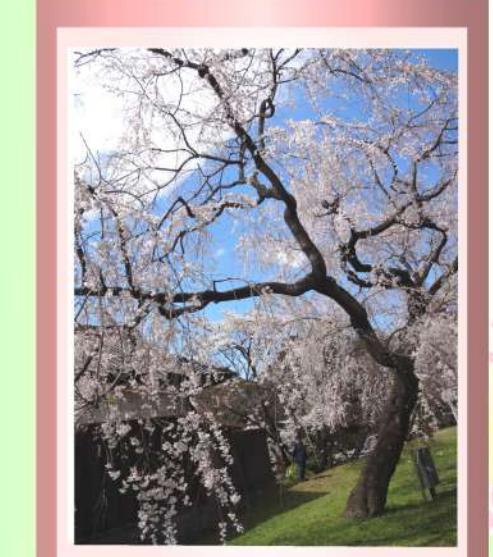
表紙と同じ昨年の皇居乾通り桜一般公開の様子です。来年はゆっくり桜観賞したいのですね

春を彩る旬菜を
もう一品添えてみては…



☆食材（4人分）

- 菜の花1束
- 卵1個
- ★調味料
- 味噌大さじ1/2
- ヨーグルト大さじ2
- レモン汁
- 蜂蜜小さじ1



表紙と同じ昨年の皇居乾通り桜一般公開の様子です。来年はゆっくり桜観賞したいのですね

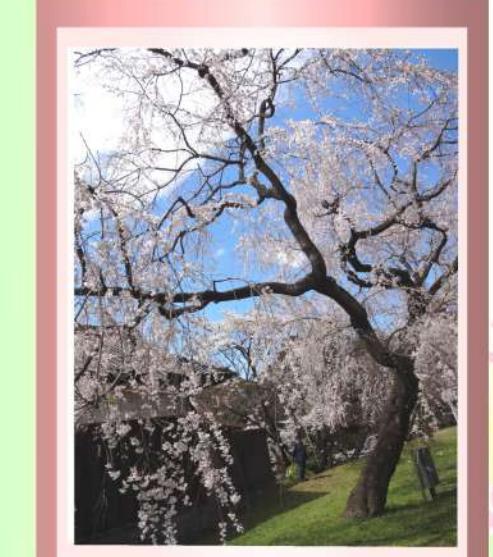
広報部

春を彩る旬菜を
もう一品添えてみては…



☆食材（4人分）

- 菜の花1束
- 卵1個
- ★調味料
- 味噌大さじ1/2
- ヨーグルト大さじ2
- レモン汁
- 蜂蜜小さじ1



表紙と同じ昨年の皇居乾通り桜一般公開の様子です。来年はゆっくり桜観賞したいのですね

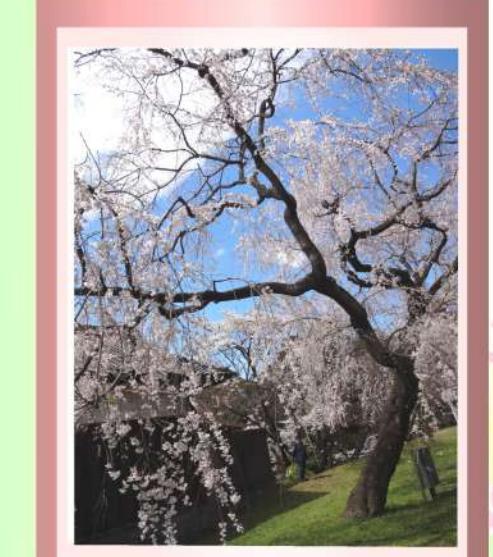
広報部

春を彩る旬菜を
もう一品添えてみては…



☆食材（4人分）

- 菜の花1束
- 卵1個
- ★調味料
- 味噌大さじ1/2
- ヨーグルト大さじ2
- レモン汁
- 蜂蜜小さじ1



表紙と同じ昨年の皇居乾通り桜一般公開の様子です。来年はゆっくり桜観賞したいのですね

広報部