

헤이와 테라스 회보

2014년 7월

지난달 헤이와에서는

- 많은 분들에게 도움이 되는 화재 예방강좌가 있었습니다. 아래에 중요한 내용을 요약했습니다:
 - 비상시 절대 엘리베이터를 이용하면 안됩니다.
 - 차분하게 계시고 지시사항을 따르세요.
 - 아파트에서 나와 대피할 상황에는, 문을 먼저 손 등으로 만져보세요. 문이 만약 뜨거우면 절대 문을 열면 안됩니다. 이럴때에는 창가로 가세요.
 - 연기가 많을 경우 바닥에 엎드려 기어서 이동하세요.
 - 911에 연락하세요.
 - 특히 음식물을 태웠을시 주위분들을 배려해주세요. 반드시 문은 닫아두고 창문을 열어 연기가 복도로 나오지 않게 해주세요. 또한 수건을 바닥 문 틈에 놓아주세요. 협조해 주셔서 감사합니다.

헤이와 소식

- **또렉 건강센터가** 새로운 의료진을 소개하고 근무시간을 늘렸습니다. 그리하여주 **4일 의사가 근무하시며 간호사는 주 5일간 근무합니다.** 헤이와에 오신걸 환영해주시고 들려 인사나누세요. 발 발목 전문이신 Dr. 지는 계속 같은 스케줄로 마지막 금요일 근무하십니다.
- **7월 15일 화요일 밋썬와에 갑니다.** 좋아하는 동양식품을 구입하고 식당에서 맛있는 식사를 할수있는 좋은 나들이입니다. 비용은 \$10 입니다. 마이코 사무실 밖에 등록해주세요.
- 많은 분들의 요청을 듣고 **호스슈 카지노를 8월 15일 갑니다.** 관심있으신 분들은 일찍 등록해주세요. 환불은 월 일 이후 환불이 되지 않습니다. 비용은 코치버스, 뷔페,
- **금요일, 7월 4일 사무실은 쉽니다.**
- **크리스프는 판매 품목을 확장했습니다.** 신선한 과일과 야채와 시리얼, 간식거리, 고기, 캔 음식품, 유제품 등을 제공합니다. 오셔서 카타로그를 살펴보세요.

관리사무실 소식

- ❖ **경비부서에서 알립니다:** 반드시 아파트 출입문을 닫고 잠구세요. 집에 계시거나 또 방문자를 기다리거나, 또 잠시나마 옆집에 다니신다고 해도 문은 잠구 십시요.
- ❖ **헤이와 방송:** 헤이와 방송이 이제 **채널 4번에서 방송됩니다.** 이 것을 통해 여러 부서의 공지 사항 또는 소식을 알려드립니다.
- ❖ **빈대:** 빈대는 시카고 지역에서 상승하고 있습니다. 이 건물을 빈대가 없는 곳으로 유지하기 위해서는 여러분의 도움이 필요합니다. 정기적으로 침대 아래 설치된 인센터기를 확인해 주십시요. **이상한 점이 발견되면 사무실에 즉시 알려주십시요. 빠르게 알려주셔야 신속히 대처방안을 찾을수 있습니다.**

감사합니다..

관대한 기부는 헤이와의 모든 헤이와 테라스 주민께서 이용하는 커피와 차를 무료로 제공할 수 있도록 하고 또 많은 분들의 즐거움을 위해 계획되는 프로그램을 위해 사용되는 기금에 배치됩니다. 또한 여러분의 귀중한 시간 및 물품 기부는 헤이와 테라스 입주자분들에게 신체적, 정서적 영적 건강유지에 필요로하는 데 사용됩니다.

혹시 이름이 기재되는 것을 원하지 않으시면 진 또는 제시카에게 알려주세요. 무순입니다.

6 월 기부하신분 (5/23-6/20):

Fumiyo Uchida Diane Hata Chuan-Ven Fu Mary Jane & Carol Yamamoto
Anonymous Glinda Swan-Robinson Hisako Kometani Bill Pry
Estate of Yukiko Takano Kazuko Nukuto

관심거리

기억감퇴: 일반적이거나 그렇지 않을 경우 (www.alz.org)

알츠하이머 협회에서 제공하는 목록에 일부입니다. 노화로 인한 일반적인 기억 감퇴가 있으나 알츠하이머 병 또는 치매로 생기는 기억감퇴는 일반적이지 않습니다. 증상이 의심이 되면 반드시 의사와 상담해 알맞는 도움을 받으세요.

일반적인 것	일반적이지 않은 것
이름과 약속날짜를 잊어버리지만 나중에는 생각납니다.	일상 생활을 방해하는 기억상실: 최근에 배운 내용 또는 중요한 날짜, 약속을 잊으며 같은 정보를 반복적으로 요구합니다.
가끔 제정관리때나 뭔가 계산할 때 실수를 합니다.	문제 해결또는 계획하기가 어려울때: 계획한 바를 따르기 힘듭니다. 청구서 등 수납해야하는 것들을 관리하기 어렵습니다.
때때로 전자렌지 또는 TV 설정하기가 어렵습니다.	가정에서 익숙한 작업을 하기가 어려울때: 운전해 항상가던 곳을 찾기어려울때, 제정관리 또는 좋아하는 게임의 규칙을 기억하지 못합니다.
오늘 날짜를 잊어버리곤 합니다.	날짜, 계절, 시간의 흐름을따르기 어려울때: 어디있는지, 어떻게 여기 있는지 모르거나, 지금 일어나지 않은일이 혼동될때.
대화중 적절한 단어가 생각나지 않습니다.	말하기, 쓰기 등 새로운것들이 어려울때: 대화를 계속 이어가는게 어렵고 반복적으로 같은 예기를 하거나, 알맞는 단어를 모르거나 또는 틀린 이름을 사용하게 됩니다.