

2014年10月平和テラス ニュースレター

平和テラスでの出来事

- 先月ブレイルご夫妻が素晴らしいマジックショーを開いて下さいました。 素敵なショーを居住者のために提供して下さいったお二人に改めて感謝申し上げます。
- 10月6日(火)2時よりアクティビティールームにて 中国互助会 (Chinese Mutual Aid Association) 提供による、11月4日の米国総選挙日に先立つ「選挙無料ワークショップ」が行われます。 重要な選挙ですので、皆さんご参加下さい。
- 10月9日(木)2時45分からダイニングルームにてタウンホールミーティングが開かれます。 是非ともご参加下さい。このミーティングでは最新の平和テラスにまつわるニュースや情報を得ることができます。また、困っていることや、不安に思っていることなどを居住者の皆さんが自由に発言できる場でもあります。今月のタウンホールミーティングで、JX Nippon Oil & Energy (株)が平和テラスの居住者の皆さんへ寄付して下さいった、医療マスクをインフルエンザシーズン到来前に皆さんに配布しますので、ぜひタウンホールミーティングに出席して下さい。
- 10月14日(火)ミツワマーケットへの遠出を計画しています(当日午前9時30分出發/午後1時30分帰宅予定)。 冬が来る前に日系・アジア系食品を買い込む良い機会です。フードコートでの昼食もできます。費用はお一人10ドル。麻衣子のオフィス隣で申込みをして下さい。
- 10月31日(金) 午後2時からダイニングルームにてハロウィンパーティーを開催します。 甘いお菓子和華やかなコスチュームのパレードをお楽しみ下さい。
- 年に一度の、メディケア(メディケアパートC/メディカルアドバンテージとメディケアパートD/お薬のプラン)の登録・変更期間は10月15日から12月7日の間に手続きをして下さい。 今使っておられるメディケアのプランを変更したい方はこの期間をお見逃しなく!(ただし、メディケイドのみを使っておられる方には該当しませんのでご心配なく。)
- メディケアアドバンテージの登録をキャンセルしたい方のキャンセル期間は2015年の1月1日から2月14日となります。 もし質問があられる方やサポートが必要な方は、恐れ入りますがソーシャルコーディネーターまでお尋ね下さい。
- 図書室の整理及び管理のために努力と時間を惜しみなく捧げてくださるボランティアのみなさんに感謝申し上げます。 図書室は居住者皆さんのために設置されています。本はご自由にアパートへ持ち帰って頂いて構いませんが、利用後は図書室へ必ず返して下さい。少しではありますが最近新書も入りました。図書室利用の際には、静粛に願います。また室内での飲み食いは禁止されています。
- サービスコーディネーターの矢内麻衣子が12月まで産休に入ります。 産休の期間、ジーン井上さんが週に3日間(毎火/水/木曜日)勤務して下さいます。何か質問やサポートが必要な場合には、ジェシカかジーンまでお願いいたします。

マネージメントより

- 平和ネットワーク：オフィスからの各種通達や情報は平和ネットワークチャンネル(チャンネル4)を見て参照して下さい。
- ベッドバグ：シカゴでベッドバグが発生しています。建物からベッドバグを絶滅するためには皆様のご協力が必要です。定期的にベッドの足元に設置されている捕獲器を確認して下さい。もし捕獲器にベッドバグを見つけたら直ぐにオフィスに通告して下さい。必要に応じ調査し駆除します。早ければ早いほど効果的です。

感謝

- 以下の奉仕者および寄付者に心から感謝を申し上げます。皆様からの寄付金は、ダイニングルームの無料コーヒー/緑茶サービスのため、また全ての居住者の利益と余暇活動のために感謝を持って使用させて頂きます。奉仕者の貴重な奉仕時間や現物寄付は、居住者の心身および精神の健康促進のバロメーターにもなります。

9月に寄付/奉仕された方々(8/27-9/18)

Fumiyo Uchida	Hisako Kometani	Bok Soon Kim	George Neeno
Young Tae Kim	Takeshi Chikazawa	Kaye Shinozaki	Jeanie Uchiyama
Atsuko Tamura	Ellyn Iwaoka	Tadashi & Kazuko Nukuto	
Anonymous	Anonymous	Jeong Ja Yoo	

* もしニューズレターに寄付者としてお名前の公表またはお誕生日を記載して欲しくない場合にはジェシカ、麻衣子、またはジーンまでご一報下さい。

知っ得情報

インフルエンザの予防接種に関して(<http://www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.html> より)

* なぜ予防接種が必要？

- インフルエンザは、病院への入院や時には死にまで陥る病気です。日常健康でもウイルスの影響で急に体調を崩し、他人にも簡単に感染します。
- 予防接種はインフルエンザウイルスによる病気を予防します。自己を防衛するため、また他人を防衛するためにも、ぜひ予防接種を受けてください。
- 予防接種は、特に免疫の少ない高齢者や幼い子ども、慢性病や持病をお持ちの方が深刻な病気になってしまうことを防ぎます。
- 予防接種は、もしインフルエンザにかかったとしても軽い症状に留める効果があります。

* 予防接種のしくみ

- 予防接種は感染を防ぐ抗体を体に作ることで免疫力を高めます。

* いつ予防接種を受けるべき？

- 予防接種は注射が利用できるようになる10月頃から受けるようお勧めします。インフルエンザウイルスのピークはだいたい1月頃になります。

* なぜ毎年予防接種が必要？

- インフルエンザウイルスのタイプが毎年変わることと、また体の抗体反応は時間の経過につれて弱くなるため、毎年予防接種が必要となります。

* どこで予防接種を受ける？

- かかりつけの医者、各オフィス、薬局、クリニック、市の健康局などでも予防接種を受けることができます。

平和テラスオフィスの時間：月曜日から金曜日午前9時から午後5時まで
電話：773-989-7333

サービスコーディネーター

ジーン井上：毎週火/水/木曜日のみ 午前8時半から午後4時半まで
773-989-5906

ジェシカ ムーン：月曜日から金曜日午前9時から午後5時まで
773-989-5672

ソレックウェルネスセンター：773-271-0144

看護師 Jenny Kim: 月曜日から金曜日午前8時から午後4時半まで

医師 Dr.Suesakul: 火曜日と木曜日 午前8時から午後2時まで

水曜日と金曜日 午前11時半から午後2時半まで

医師 Dr.Chi(足の医者)：毎月終わりの金曜日 午前8時から午前11時まで