

헤이와 테라스 회보

2014 년 10 월

소식

- 지난달, 헤이와 주민이신 Mr and Mrs. Brail 께서 즐거운 마술쇼를 보여주셨습니다. 많은 주민들이 즐길수 있게 프로그램을 제공해주신 분들께 다시 감사드립니다.
- 11 월 총선거를 대비해 중국서비스 위원회에서는 **월요일 10 월 6 일 오후 2 시 투표 설명회를 제공합니다.** 투표의 중요성, 투표방법, 그리고 누가 출마하는지 등의 중요한 내용을 알려드리니 반드시 참여하세요.
- **주민회의는 목요일, 10 월 9 일 오후 2:45 식당에서 진행합니다.** 모든분들이 참여하시길 권합니다. 헤이와의 소식 등 궁금점이나 불편한점 등을 편하게 예기할수있는 시간입니다. 또한 JX Nippon Oil & Energy 회사에서 기부한 일회용 마스크를 드립니다. 회의에 참여하시고 독감 시즌에 유용하게 쓰일 마스크도 받으세요.
- **미쓰와 쇼핑을 화요일, 10 월 14 일 오전 9:30 출발해 1:30 돌아옵니다.** 겨울이 오기전 필요한 식품을 구입해두시거나 또 맛있는 식사를 할수있습니다. **비용은 \$10.00 이며 마이코 사무실밖에 등록해주세요.**
- **할로윈파티는 금요일, 10 월 31 일 오후 2 시 식당에서 진행합니다.** 달콤한 간식과 특별한 의상 퍼레이드를 즐기세요.
- **메디케어 파트 C (메디케어 에드벤테지 -개별 보험) 또는 메디케어 파트 D (처방약 보험) 에 해당하는 공개 등록기간은 10 월 15 일 부터 12 월 7 일까지 입니다.** 이 기간동안에 혹시 현재 등록된 보험에 만족하지 않을 경우 변경할수 있습니다. (메디케이드- 긴 종이카드 를 가지진 분들은 해당하지 않습니다.)
 - 또한 메디케어 탈퇴 (메디케어 파트 C 를 탈퇴할때) 허용기간은 **1 월 1 일부터 2 월 14 일까지 입니다.** 질문 또는 도움이 필요하시면 서비스 코디네이터를 만나세요.
- 많은 분들이 도서실을 즐겁게 이용할수 있도록 많은 수고를 해주시는 봉사자분들께 감사드립니다. 새로운 책들이 준비 되었습니다 주민분들은 누구나 들려 훌륭한 읽을거리를 이용해보세요. 또 책을 집에 가져가 읽으실수 있습니다. 하지만 다 읽으셨으면 반드시 다시 돌려주십시오. 새로운책들이 준비되었습니다. **또한 조용한 도서실 공관을 유지 하기위해 이 곳에서는 항상 조용히 해 주시고 또 음식과 음료는 금지됩니다.**
- 서비스 코디네이터이신 마이코 야나이께서는 12 월까지 출산휴가를 가지며 2015 년 1 월돌아옵니다. 그동안 마이코와 아기의 건강을 기원합니다. 마이코의 부재기간 진 이노우에께서 주 화요일, 수요일, 목요일 근무합니다. 언제나 궁금한게 있거나 도움이 필요하신 분들은 어려움없이 진 또는 제시카를 만나세요.

관리사무실 소식

- ❖ **헤이와 방송:** 헤이와 방송이 이제 **채널 4 번에서 방송됩니다.** 이 것을 통해 여러 부서의 공지 사항 또는 소식을 알려드립니다.
- ❖ **빈대:** 빈대는 시카고 지역에서 상승하고 있습니다. 이 건물을 빈대가 없는 곳으로 유지하기 위해서는 여러분들의 도움이 필요합니다. 정기적으로 침대 아래 설치된 인센터기를 확인해 주십시오. **이상한 점이 발견되면 사무실에 즉시 알려주십시오. 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 마이코 또는 제시카에게 알려주세요. 무순입니다.

9 월 기부하신 분 (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	
Annonymous	Annonymous	Jeong Ja Yoo	

혹시 이름이 기재되는 것을 원치않으시는 분들은 마오코 또는 제시카에게 알려주세요.

관심거리(<http://www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm> 독감 백신 (예방주사) 에 대한 중요한 사실:

독감주사는 왜 필요한가요?

- 일플루엔자 독감은 입원, 또는 죽음으로 이어질수 있는 심각한 질병 입니다. 심지어 건강한 사람들도 매우 아플수 있으면 다른 사람에게 옮길 수 있습니다.
- 독감 예방주사는 독감으로부터 자신을 보호하며 또한 주위사람들을 보호할 수 있습니다.
- 독감예방주사는 만성 건강상태인 분들, 노인, 어린이 등 독감에서 증증으로 될 위험이 높은 사람들을 보호할 수 있습니다.
- 독감 예방주사는 혹시 독감에 걸렸을 경우 질병이 심하지 않게 막아줍니다.

독감 예방주사는 어떻게 작동하나요?

- 독감예방주사는 감염을 방지해주는 항체를 만들어 보호합니다.

독감 예방주사는 언제 받나요?

- 독감 예방주사는 보통 10 월쯤 새로운 백신(약품) 이 준비될때 시작합니다. 때때로 독감 유행이 일찍이는 10 월시작될수 있지만 가장 독감 바이러스 활동이 높은 기간은 1 월 시작됩니다.

매년 독감 예방주사를 받아야 하나요?

- 예방 접종에 따라 신체 면역반응이 시간이 지나며 바뀝니다. 또한 독감 바이러스도 끊임없이 변화하기 때문입니다.

독감 예방주사는 어디서 받나요?

- 독감예방주사는 의사 사무실, 약국, 크리닉, 건강국에서 받을수 있습니다. 또한 이 곳 토렉 건강센터 스케줄은 게시판을 통해 알수있습니다.

헤이와 사무실: 773-989-7333 월-금: 오전 9-오후 5

서비스 코디네이터: 마이코 야나이 773-989-5906 월-금: 오전 8:30 – 오후 4:30

제시카 문 773-989-5672 월-금: 오전 9 – 오후 5

토렉 건강센터: 제니김 간호사 773-271-0144 월-금: 오전 8-오후 4:30

Dr 수사클 화,목: 오전 8-오후 2, 수,금:오전 11:30 – 오후 2:30

Dr. 지 (발발목) 마지막 금요일, 오전 8 - 11