

## HEIWA TERRACE 簡訊

2014年10月

- 上月：Brail 先生及夫人为大家带来了美妙的魔术表演。在此我们再次对 Brail 先生及其夫人表示感谢。
- 为着准备即将到来的 11 月普选，华人互助会将举办选举讲座。讲座将于 **10 月 6 日（星期六）下午 2 点在 Activity Room 举办。**
- **Town Hall 会议**将于 **10 月 9 日（星期四）下午 2：45 分在 Dining Room 举行。**我们强烈建议所有社区居民积极参加。会议将会带来 Heiwa 的最新信息。这也是一次难得的让大家反映问题的机会。此外，我们会发放医用口罩，在流感季节用以抵御流感，自我保护。记得赶快来参加哦！口罩由 JX Nippon Oil & Energy USA 公司捐赠。
- 我们将在 **10 月 14（星期二）**组织居民到 **Mitsuwa** 购物，时间从早上 **9：30 到下午 1：30**。在冬季到来之前，您可以趁此机会购买储备喜爱的亚洲食品杂货，同时还可以到 Food Court 享受美食。此次 Trip 的总费用为**\$10**。如有意参加，请到 Maiko 的办公室报名。
- **万圣节 Party** 将在 **10 月 31 日（星期五）下午两点在 Dining Room 举行。**邀请您前来享受款待，并欣赏万圣节化妆表演秀。
- **Medicare 针对 Medicare Part C (Medicare 优选计划)和/或 Medicare Part D (药品计划)年度公开报名时间为 10 月 15 日到 12 月 7 日。**如果您对自己现在的 Medicare 计划不满意，可以在这段时间调整。（如果您有 Medicaid，本次公开报名对您不适用）
  - Medicare 退出报名时间（如果您计划退出 Medicare 优选计划）为 **2015 年 1 月 1 日至 2 月 14 日。**如果您有任何问题或是需要帮助，请联系服务协调员。
- 感谢志愿者为图书馆的美好环境做出的不懈努力！希望您有时间到图书馆看看书报，您也可以借书回家阅读。如果您借阅书籍回家，请记得准时归还。图书馆现在有了少量书籍补充。图书馆内请保持安静，并谢绝食物和饮料。
- Maiko Yanai, 我们的服务协调员将会在 **2014 年 12 月到 2015 年 1 月**休产假。在此我们祝愿 Maiko 和她的孩子母子平安。Maiko 不在的这段时间，Jean Inouye 会在周二，周三，周四上班。如果您有任何的问题或是需要帮助，请联系 Jean Inouye 或者 Jessica Moon.

### 管理處通知

- ❖ **HEIWA 頻道**：請於 Heiwa 頻道（ch. 4）獲取來自管理處辦公室的通知和新聞。
- ❖ **床虱**：近來床虱在芝加哥有增加的趨勢。我們希望它們不會出現在這棟大樓裡，但是需要大家一起努力。請常常檢查您床架上的捕蟲機關。如果您發現了床虱，請立刻向管理處反映。您的報告越及時，我們可以越快處理您的房間。

特別鳴謝...

來自大家的慷慨捐贈，我們將用於本大樓裡各種有益的活動，以及在餐廳每天為大家提供免費咖啡和茶。這些慷慨付出，不管是實物還是寶貴的時間，都是為著提供一個身體、心理、精神健康的居住環境。捐贈包括錢款，商品等。

若您不希望名字被列出來，請告知 Maiko 和 Jessica。排名不分先後。

### 八月捐贈人 ( 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	

若您不希望自己的生日或健康状况登出在报纸上，请告知 Maiko 或 Jessica。

---

### 供您参考

#### 季节性流感疫苗

(<http://www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm>)

#### 为什么我需要打流感疫苗？

- 流感是一种危害性很大的疾病，可以致人生病住院甚至死亡。流感会让健康人变得虚弱，也会传染给别人。
- 流感疫苗可以让你远离流感，可以保护自己和身边的人。
- 流感疫苗可以保护高致病人群免于患流感，包括老人，小孩，以及慢性疾病患者。
- 万一您得了流感，流感疫苗可以让您的病情减缓。

#### 流感疫苗是怎么工作的？

- 流感疫苗可以对流感病毒产生抗体，从而保护身体免于流感病毒感染。

#### 我什么时候应该接受流感病毒注射？

- 流感疫苗注射一般在 10 月份，因为季节性流感一般从 10 月开始，发病高峰在 1 月或者稍晚。

#### 为什么我每年都需要注射流感疫苗？

- 因为人身体对流感的免疫反应会随着时间减弱，而且流感病毒一直在不断变化。

#### 我应该去哪里接受流感注射？

- 流感疫苗注射一般可以在医生办公室，药房，诊所，健康部门等处进行。此外，您可以到公告板查阅 Thorek Wellness Center 的时间表。

---

**HEIWA OFFICE HOURS:** 773/989-7333 MON. – FRI.: 9AM – 5PM

**SERVICE COORDINATORS:**

MAIKO YANAI: 773/989-5906

MON. – FRI. 8:30AM – 4:30PM

JESSICA MOON: 773/989-5672

MON. – FRI. 9AM – 5PM

**THOREK WELLNESS CENTER:**

NURSE JENNY KIM: 773/271-0144

MON- FRI. 8AM – 4:30PM

DR. SUESAKUL: 773/271-0144

TUE, THUR: 8AM -2PM, WED, FRI: 11:30AM – 2:30PM

DR. CHI (FOOT DOCTOR)

LAST FRI. OF EVERY MO. 8AM – 11AM