

## HEIWA TERRACE 新聞

2015 年 10 月

### Heiwa 近日要聞



- 上個月，Heiwa 的居民 Herb 和 Marge Brail 繼去年之後再次為大家帶來了壹場精彩絕倫的魔術秀。在此，讓我們對這場精彩魔術表演的幕後人員 Herb 和 Marge Brail 表示感謝！

- 10 月 6 日 (周二) 中午 12 點到下午 2 點，芝加哥市長辦公室殘疾人士服務處的代表將會就擴音電話項目在手工室和大家見面。此次活動需要提前註冊才能參加。屆時請帶上壹份您的有線電話的話費復印件以及身份證 (或者駕照)。
- 市民大會將會於 10 月 8 日 (周四) 下午 2 點 45 分於餐廳舉行。我們強烈建議大家踴躍參與這個重要的信息分享會，說說自己的想法，或是和我們分享您的擔憂。
- 別忘了！萬聖節派對將會在 10 月 30 日 (周五) 下午在餐廳舉行。屆時，現場會提供小食並舉行民俗遊行。歡迎大家穿上傳統服飾來參加這個活動。
- 聯邦醫療保險的開放註冊時間是 10 月 15 日至 12 月 7 日。這個註冊針對持有聯邦醫療保險 C 計劃 (優良計劃) 以及/或者聯邦醫療保險 D 計劃 (處方藥計劃) 的人。如果您對您的當前醫療保險計劃不滿意，這也是個很好的變更醫療保險的機會。(不過如果您持有醫療補助計劃，這次活動不適用於您的情況。) 如果您有任何問題或者需要幫助，請聯系 Maiko 或 Jessica。

#### 特別鳴謝...

我們將把大家的慷慨捐贈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，都能為我們所有人提供一個有益於身心健康的居住環境。捐贈包括錢款，商品等。

若您不希望您的名字被列出來，請告知 Jean 或 Jessica。排名不分先後。

#### 九月捐贈人 (8/25-9/23)

Fumiyo Uchida

Hisako Kometani

Tadashi & Kazuko Nukuto

Atsuko Tamura

Donna Ogura

關於季節性流感疫苗的重要信息(<http://www.cdc.gov/flu/protect/keyfacts.htm>)

#### 我為什麼要接種流感疫苗呢？

- 流感是一種可能導致患者住院甚至死亡的嚴重疾病。即使是平時身體健康的人也有可能染上流感並傳染給他人。
- 流感疫苗能防止您染上流感。這不僅能夠保護您的身體健康，也能保護您周圍的人。

●流感疫苗能加強高危易感人群（比如老人，小孩以及患有慢性疾病的人）對於流感病毒的免疫力，保護其免受流感危害。

●對於那些已經不幸染上流感的人來說，流感疫苗能幫助您減輕您的癥狀。

### 流感疫苗是怎麼保護我的呢？

●流感疫苗幫助人體在體內產生抗體，增強人體對於流感病毒的免疫力，保護人免受流感侵害。

### 我應該什麼時候接種流感疫苗呢？

●流感疫苗注射應在疫苗上市後盡早打。目前已經可以打流感疫苗了。

### 我為什麼每年都需要接種流感疫苗呢？

●因為人體對於流感病毒的防禦能力隨著時間消逝而減弱；與此同時，流感病毒的種類也在不停更新和進化。

### 我要去哪裏接種流感疫苗呢？

●流感疫苗可以在您的醫生的辦公室，藥房，診所，以及衛生部門進行接種。

---

HEIWA 辦公時間: 773/989-7333 MON. – FRI.: 9AM – 5PM

服務協調員: 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, WED, THUR, FRI. 8AM – 4:30PM, TUE. 2PM – 4:30PM

DR. SUESAKUL: 773/271-0144 Check with the nurse for schedule

DR. CHI (FOOT DOCTOR) LAST FRI. OF EVERY MO. 8AM – 11AM

---

## 數獨 SUDOKU

數獨不需要任何算術技能。這個遊戲的目的是用正確的數字填滿所有的空白方格。

要求：每壹行必須包括任意排列的 1 到 9 這九個數字。每壹列也必須包括任意排列的 1 到 9 這九個數字。

每壹個 3×3 矩陣也必須包括任意排列的 1 到 9 這九個數字。

# #132

	1					3	
		2	1		6	8	
4		8				9	2
8		1				7	4
			2		8		
6		9				5	1
9		3				2	5
		5	6		9	3	
	4						7