

いなほ三二通信



No. 37 2013年1月1日発行

編集：発行 七里地区社会福祉協議会

さいたま市見沼区大谷 1472 (大谷会館内)

インフルエンザが流行しています！

新春をお健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

本年もご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。皆様のご期待に添えるよう各種事業を展開してまいりますので、皆様のご参加をお待ちしております。

本格的な寒さになって参りました。感染性胃腸炎（ノロウイルスなど）につづきインフルエンザが流行してきました。予防や感染拡大防止のため、手洗い・うがい・咳エチケットの励行と、体調の悪いときは無理をせず早めに休み、受診して下さい。

インフルエンザ4つの予防策

- 1 ドアノブにも注意して うがいと手洗いで水際防御
- 2 安全圏は2メートル先 人混みは極力避ける
- 3 インフルエンザは乾燥好き！「暖房は加湿とセット」を習慣に
- 4 「バランスよく」が合い言葉 食事と睡眠



サロンに出掛けよう！

- ◎歌声サロン 第2火曜日 13時～15時
七里公民館 レクホール（童謡・唱歌 他）
- ◎うんどうサロン 第3木曜日 13～15時
七里公民館 レクホール（ストレッチ 他）
- ◎園芸サロン 原則第4土曜日
9時30分～12時
七里公民館 大会議室（講義・実技・観賞）
- ◎子育てサロン『つくしんぼ』（情報交換 など）
第4水曜日 10時～11時30分
七里コミュニティセンター 第2集会室・和室
- ※ 各サロンは、直接会場にお越し下さい。
- ◎ふれあい会食 第4金曜日 11時～13時
七里公民館 レクホール（昼食会）
70歳以上の単身者
- ※ 担当民生委員または地区社協に事前申込

1月の行事予定

| 日 | 曜日 | 行事 |
|----|----|---------|
| 4 | 金 | 仕事始め |
| 12 | 土 | 新春のつどい |
| 15 | 火 | 歌声サロン |
| 17 | 木 | うんどうサロン |
| 23 | 水 | 子育てサロン |
| 25 | 金 | ふれあい会食 |
| 26 | 土 | 園芸サロン |



問い合わせ先
七里地区社会福祉協議会
TEL・FAX 687-9997 平日13時～18時



※ 皆様の声をお寄せください。