

いなほ三二通信



No. 60 2014年12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 2022-1 (敬寿園七里ホーム内)



インフルエンザの予防と対策



初冬の寒さが身にしみる頃となりました。

今年もインフルエンザの感染の情報を耳にする季節となりました。

インフルエンザにかからないよう日頃から注意しましょう。

- 1 毎年インフルエンザワクチンを接種しましょう。
- 2 手をよく洗いましょう。(流水と石鹸でまたは手指消毒薬)
- 3 目・鼻・口にさわらないようにしましょう。
- 4 咳やくしゃみをするときは口をティッシュなどで覆いましょう。
咳エチケット ⇒ 感染拡大を防止しましょう。
- 5 頻繁に触れるものは清潔にしましょう。
塩素系やアルコールを含んだ消毒薬を使う。水ふきでも十分です。
- 6 病気のひととの濃厚な接触は避けましょう。(解熱後2日間まで)
- 7 人ごみをさけましょう。(外出時にはマスクを着用)
- 8 体調の悪いときは家で休みましょう。(少なくとも解熱後2日間は家で安静)



うがいをしよう



手をあらおう



冬休み書初め教室

- 内容 冬休みの課題 「書初め」
- 日時 12月25日(木)
- ① 9:30~11:30
- ② 13:30~15:30
- 会場 七里公民館 レクホール
- 講師 文化書道学会師範 笹田紀香氏
- 対象者 七里地区在住の小学3年生~中学生
- 定員 各20名(先着順)
- 費用 無料
- 持ち物 書初めの道具、書初め用紙、お手本
雑巾、新聞紙、敷物、上履き
- 申込先 七里公民館窓口または電話にて



平日9:00~17:00のみ

皆様のご参加をお待ちしています。

12月の行事予定

日	曜日	行事
5	金	歳末たすけあい事業
7	日	コンサート
9	火	歌声サロン①
17	水	子育てサロン
		歌声サロン②
18	木	うんどうサロン
19	金	ふれあい会食
20	土	園芸サロン
25	木	子ども書き初め会
26	金	仕事納め

お問い合わせは

七里地区社会福祉協議会

☎・FAX 687-9997 平日 13時~18時

会食ボランティア募集中



12月事業のお知らせ

ふれあい歌声サロン①（童謡・唱歌を仲間と歌おう!）

日時：12月9日（火）13時～15時

場所：七里公民館 レクホール

持ち物：飲み物

※ 参加者多数により新規受付中止



ふれあい歌声サロン②（世界の名曲を歌おう!）

日時：12月17日（水）14時～16時

場所：七里コミュニティセンター 多目的ホール

持ち物：飲み物

※ ご参加をお待ちしています。



ふれあいうんどうサロン

日時：12月18日（木）13時～15時

場所：七里公民館 レクホール

内容：ストレッチ体操・脳トレゲーム・健康講座（太極拳）

持ち物：タオル・飲み物・運動シューズ、運動のできる服装でお越しください。



園芸サロン（今回は、事前申し込みが必要です。）

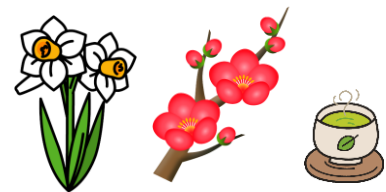
日時：12月20日（土）9時30分～12時

場所：七里公民館 大会議室

内容：正月用寄せ植え（実費3,000円前後）、情報交換

持ち物：筆記用具・飲み物・スーパーの袋・新聞紙

自宅での栽培・剪定等でお困りの鉢物など



子育てサロン「つくしんぼ」（保健センター 栄養士による相談）

日時：12月17日（水）10時～11時30分

場所：七里コミュニティセンター 第2集会室・和室

内容：親子遊び・絵本の読み聞かせ・情報交換・交流 など

持ち物：飲み物

対象者：0歳から就学前の親子（自由参加）



ふれあい会食サービス（登録者のみ）

日時：12月19日（金）11時～13時

会場：七里公民館 レクホール

※ 現在キャンセル待ちの状態です。大変ご迷惑をお掛けしています。



七里ふれあいコンサート(第11回)

内容：東京マンドリン宮田楽団の演奏

エレクトーン演奏と独唱

みなさんと一緒に歌いましょう

日時：12月7日（日）12時30分～15時

会場：七里コミュニティセンター 多目的ホール

※ 事前申込による入場券をお持ちの方に限られます。

当日は、コミュニティセンター玄関前の自転車置き場において野菜の販売を実施



問い合わせ先：七里地区社会福祉協議会

電話・FAX 048(687)9997 平日13時～18時

※「長寿応援制度」の手帳をお持ちの方はご持参ください。

皆様のご参加をお待ちしています。

