

いなほ三二通信



No. 61 2015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 2022-1 (敬寿園七里ホーム内)

あけましておめでとうございます

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実施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。

冬は特にご注意! ~ノロウイルスによる食中毒~

<食品からの感染>

- ・感染した人が調理などをして汚染された食品
- ・ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝など

<人からの感染>

- ・患者のふん便やおう吐物からの二次感染
- ・家庭や施設内などでの飛沫などによる感染

<潜伏期間>

- ・感染から発症まで24~48時間

<主な症状>

- ・吐き気・おう吐・下痢・腹痛・微熱が1~2日が続く

手をあらおう



<予防のポイント>

- ・調理する人の健康管理
- ・トイレ後・調理前などの手洗い
(指先、指・爪の間
親指の周り、手首)
- ・調理器具の消毒
(塩素消毒、
85℃で1分以上)

福祉教養講座Ⅱ

~健康長寿を伸ばそう!~

健康体操

痛みの出やすい腰・膝・首・肩に効果的な「たご体操」をご指導いただきます。

誰でも無理なくできる体操です。

日時 平成27年2月12日(木)10:30~12:00

会場 東宮下小学校 体育館

講師 多胡 肇氏

NHKテレビ・ラジオ体操指導者

対象 七里地区在住者 80名(先着順)

持ち物 室内用運動靴・汗拭きタオル・飲み物

(運動しやすい服装お越しく下さい。)

申込み 1月13日(火)から、公民館窓口または電話にて(平日9:00~17:00) ☎686-4721



1月の行事予定

日	曜日	行事
8	木	仕事始め
13	火	歌声サロン①
15	木	うんどうサロン
17	土	新春のつどい
23	金	ふれあい会食
24	土	園芸サロン
28	水	子育てサロン
		歌声サロン②
31	土	総務部会

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

1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：1月13日(火) 13時～15時

会場：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：1月28日(水) 14時～16時

会場：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。**



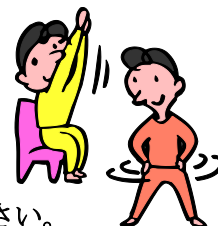
ふれあいうんどうサロン

日時：1月15日(木) 13時～15時

会場：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(口腔ケアの大切さ)

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

日時：1月24日(土) 9時30分～12時

会場：七里公民館 大会議室

内容：植物の植生・育て方、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」(保健センター保健師による身体計測・発育相談)

日時：1月28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)

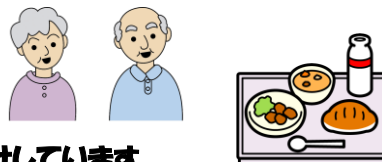


ふれあい会食サービス(登録者のみ)

日時：1月23日(金) 11時～13時

場所：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。



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。

※ 七里地区社協事務所の年末年始休み 12月26日(金)～1月7日(水)まで

1月8日(木)から平常どおり開設します。

