

いなほ三二通信



No. 85 2017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Ⅲ

健康体操

~健康寿命を伸ばそう!~

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29年1月29日(日)14:00~16:00

会場 蓮沼小学校 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 150名

持ち物 室内用運動靴・汗拭きタオル・飲み物・下足袋
(運動しやすい暖かい服装でお越し下さい。)

申込み 往復はがきで地区社協事務所へお申込み下さい。1月20日(金)必着までに



1月の行事予定

日	曜日	行事
10	火	仕事始め 歌声サロン①
12	木	うんどうサロンⅡ
15	日	新春のつどい
19	木	うんどうサロンⅠ
23	月	広報部会
25	水	子育てサロン 歌声サロン②
		総務部会
27	金	ふれあい会食
28	土	園芸サロン
29	日	健康体操

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

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25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)



園芸サロン

日時：1月28日(土) 9時30分～12時
会場：七里公民館 レクホール
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



ふれあい会食サービス(登録者のみ) 70歳以上単身者

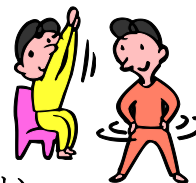
日時：1月27日(金) 11時～13時
場所：七里公民館 レクホール



※ 参加ご希望の方は担当民生委員または地区社協事務所までご連絡を!

ふれあいうんどうサロンⅠ(登録者のみ)新規受付中止

日時：1月19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(認知症 パート2)
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。



ふれあいうんどうサロンⅡ(事前申し込みが必要です。)

日時：1月12日(木) 10時～12時
会場：七里コミュニティセンター 多目的ホール
内容：ストレッチ体操・脳トレゲーム
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。



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10日(火) 13時～15時
会場：七里公民館 レクホール
持ち物：飲み物 ※ 現在キャンセル待ちの状況です。
参加ご希望の方は必ず地区社協事務所にご連絡ください。



ふれあい歌声サロン②(世界の名曲を歌おう!)

日時：1月25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。



福祉教養講座Ⅲ(健康体操) NHK テレビ・ラジオ体操指導者 多胡 肇 氏

日時：1月29日(日) 14時～16時
会場：さいたま市立蓮沼小学校 体育館
持ち物：室内用運動靴、汗拭きタオル、飲み物 ※ ご参加をお待ちしています。



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27日(火)～1月9日(月)まで

1月10日(火)から平常どおり開設します。

