

# いなほ三二通信

No. 96 2017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 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 病気の人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



## 凧作り・凧あげ

～むかし遊び第2弾～

開催日：平成30年2月10日(土)

会場：さいたま市立東宮下小学校  
体育館および校庭

時間：午後1時～3時

参加費：無料

定員：当日、先着100名

持ち物：はさみ、うわばき、飲み物

主催：青少年育成七里地区会

☆寒いので暖かい服装でお越しください。

皆様のご参加をお待ちしています。

※駐車場のご用意はございません。

お車でのご来場はご遠慮ください。

## 12月の行事予定

日	曜日	行事
3	日	コンサート
12	火	歌声サロン①
14	木	うんどうサロンⅡ
15	金	ふれあい会食
16	土	園芸サロン
17	日	ルッツカフェ『縁がわ』
20	水	子育てサロン
		歌声サロン②
21	木	うんどうサロンⅠ
26	火	子ども書き初め会
		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

## 子育てサロン「つくしんぼ」(ご参加をお待ちしています。) 家庭児童相談員協力

日時：12月20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 ご参加をお待ちしています。

日時：12月16日(土) 9時30分～12時  
場所：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



## ふれあい会食サービス(登録者のみ) 75歳以上単身者

日時：12月15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!

## ふれあいうんどろサロンⅠ(現在キャンセル待ちの状況です。)

日時：12月21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(認知症 パート1)



## ふれあいうんどろサロンⅡ(事前申し込みが必要です。)

日時：12月14日(木) 10時～12時  
場所：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(下足袋)、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：12月12日(火) 13時～15時  
場所：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!) ※ ご参加をお待ちしています。

日時：12月20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



## オレンジカフェ「縁がわ」 ご参加をお待ちしています。(作業療法士協力)

日時：12月17日(日) 13時30分～15時30分  
場所：敬寿園七里ホーム 多目的スペース  
内容：脳トレ・情報交換 他 参加費：100円(茶菓代)



## 冬休み子ども講座『書初め会』 事前申込者のみ

日時：12月26日(火) 午前の部 9時30分～ 午後の部 13時～  
場所：七里公民館 レクホール  
持ち物：書初めの道具・用紙・お手本・雑巾・新聞紙・敷物・上履き・飲み物



## ふれあいコンサート(第14回) マンドリン・エレクトーン演奏 事前申込者のみ

日時：12月3日(日) 12時30分～15時30分  
会場：七里コミュニティセンター 多目的ホール



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。

