

# いなほ三二通信



No. 107 2018年11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



冬の訪れが間近に感じられる今日この頃です。

今年は、インフルエンザの流行が早く、幼稚園や学校で学級閉鎖が始まってきています。インフルエンザにかからないように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液)
- 3 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。
- 4 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液を使う。水ふきでも十分です。

うがいしよう



手をあらおう



### お知らせ

歳末助け合い事業で、重度障害者(障害者手帳1級をお持ちの方)と重度障害者のうち介護を必要とする方の代表介護者及び要介護4・5の方とその代表介護者に配分金を支給します。(ただし、入院や施設に入所している場合を除く。短期入所の場合も同様)

該当する方は、地区社協事務所までご連絡ください。Tel 687-9997



## ふれあいウォーキング

### 一 紅葉の季節に城下町を歩こう 一

日時 平成30年11月7日(水)9時~15時  
 コース 七里公民館~岩槻市内城下町探索  
 久伊豆神社~岩槻城址公園~時の鐘  
 ~酒蔵資料館~岩槻藩遷喬館~  
 岩槻郷土資料館~東玉人形の博物館  
 持ち物 お弁当、水筒、敷物、帽子  
 対象者 七里地区在住者  
 募集人員 約40名  
 参加費 交通費 往復の電車代 300円  
 申込先 七里地区社会福祉協議会  
 ☎ 687-9997



## 11月の行事予定

日	曜日	行事
7	水	ウォーキング
8	木	うんどうサロンⅡ
13	火	歌声サロン①
15	木	健康講座
		うんどうサロンⅢ
16	金	うんどうサロンⅠ
		ふれあい会食
17	土	園芸サロン
		レヅカフェ「縁がわ」
28	水	子育てサロン
		歌声サロン②

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



# 11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。) 風船アート

日時：11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)



## 園芸サロン ご参加をお待ちしています。(事前申し込みが必要です。)

日時：11月17日(土) 大宮駅「まめの木」9時集合  
場所：千葉県佐倉市 国立歴史民俗博物館 ぐらしの植物苑  
内容：伝統の古典菊観察会、交流  
持ち物：筆記用具、飲み物、お弁当、敷物、帽子、雨具  
交通費：2,100円 入園料：520円



## ふれあい会食サービス(登録者のみ) 75歳以上単身者

日時：11月16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(事前申し込みが必要です。)

日時：11月15日(木) 13時～15時  
場所：七里公民館 レクホール



## 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：11月8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



## ふれあいうんどろサロンⅢ(事前申し込みが必要です。)

日時：11月15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：11月13日(火) 13時～15時  
場所：七里公民館 レクホール



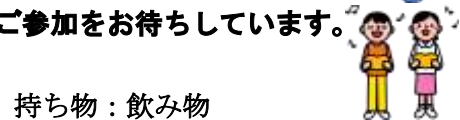
持ち物：飲み物

※ 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：11月28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。

日時：11月17日(土) 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)



## 健康講座「転倒予防今出来ること」関節保護・筋力向上

日時：11月15日(木) 10時～12時  
場所：七里公民館 レクホール  
講師：あらい整形 新井克佳医師



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。

