

いなほ三二通信



No. 143 2021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



インフルエンザを予防する有効な方法としては、「こまめな手洗い」「マスク着用」「うがい」「ワクチン接種」「十分な休養とバランスのとれた栄養摂取」「適度な湿度の保持」「インフルエンザ流行時には人混みや繁華街への外出を控える」などが考えられます。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 流行前に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。

うがいをしよう



咳エチケット ⇒ 感染拡大を防止しましょう。手をあらおう

- 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。



ふれあいコンサート

東京マンドリン宮田楽団の演奏

日時 令和3年12月5日(土) 12:30~15:30

会場 七里コミュニティセンター 多目的ホール

内容 第1部 映画音楽・宮崎アニメの世界
第2部 オリンピックマーチ・ラテン音楽

対象者 七里地区在住者

募集人員 約100名 参加費 無料

申込先 往復はがき(1通1家族)に、住所・参加希望者全員の氏名(ふりがな)・電話番号・年齢又は学年を記入し、11月25日(木)「必着」までに、下記までお送りください。

〒337-0014 見沼区大谷 2022-1(敬寿園七里ホーム内)

七里地区社会福祉協議会

11月の行事予定

日	曜日	行事
2	火	総務部会
7	日	ふれあいサロン
9	火	行動計画策定委員会
11	木	うんどろサロンⅡ
18	木	うんどろサロンⅢ うんどろサロンⅠ
24	水	子育てサロン
27	土	園芸サロン



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。) 春野児童センター協力

日時：11月24日(水) 10時～11時

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。)

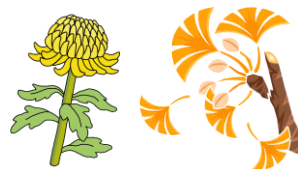
日時：11月27日(土) 9時30分～12時

場所：七里公民館 大会議室

内容：植物の植生・育て方、情報交換 交流

持ち物：筆記用具、飲み物、上履き、マスク着用

自宅での栽培・剪定・植え替え等でお困りの鉢物



ふれあいうんどうサロンⅠ(事前申し込みが必要です。)

日時：11月18日(木) ①前半 13:30～14:30

②後半 15:00～16:00

場所：七里公民館 レクホール



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：11月11日(木) ①前半 9:15～10:15

②後半 10:45～11:45

場所：七里コミュニティセンター 多目的ホール

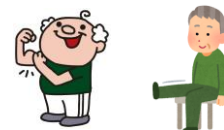


ふれあいうんどうサロンⅢ(事前申し込みが必要です。)

日時：11月18日(木) ①前半 9:15～10:15

②後半 10:45～11:45

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・筋肉トレーニング など

※持ち物：タオル・飲み物・運動シューズ(下足袋)持参、マスク着用

運動のできる服装でお越しください。



七里ふれあいサロン (事前申し込み者のみ)

～楽しいトークと共に、美しいアンサンブル&フルートでおくるコンサート～

日時：11月7日(日) 13時～15時

場所：七里コミュニティセンター 多目的ホール

内容：『加茂下 稔と仲間達』

第1部 日本の四季を歌う、コロナ禍の応援歌、フルートの調べ

第2部 花を歌う、カンツォーネ、オペラ

※事前申し込みによる、入場券をお持ちの方に限られます。

なお、駐車場のスペースに限りがありますので、お車でのご来場はご遠慮ください。

事業へ参加する場合のお願い

37.5℃以上の発熱、息苦しさ・強いだるさや軽度であっても咳・咽頭痛

などの症状、味覚・臭覚の異常がある方は、参加をご遠慮ください。

参加当日は、必ず体温を測定し、健康状態を確認したうえで参加してください。

新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、事業を中止する場合があります。



※事業に参加の際、「長寿応援制度」の手帳をお持ちの方はご持参ください。

参加の際は、マスク着用をお願いいたします。皆様のご参加をお待ちしています。