

いなほ三二通信

No. 168 2023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)

新型コロナとインフルエンザ同時流行に備える

今年は、新型コロナとインフルエンザの同時流行が懸念されています。

コロナウイルスの流行と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」「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。

コロナ・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。

- ・流行前にワクチンを接種
- ・こまめな手洗いと手指消毒
- ・咳エチケットの徹底（マスクをする、マスクがない時は手や袖で口を覆う）
- ・部屋を換気する

これらの基本的な感染症対策を忘れずに心がけて下さい。

冬休み書初め教室

～ホールでのびのびと書こう～

日時： 令和5年12月26日（火）
午前の部 9:30～11:30
午後の部 13:00～15:00

会場： 七里公民館 レクホール
講師： 文化書道学会師範 笹田紀香 氏
内容： 冬休みの課題 『書初め』
対象者： 七里地区居住者 小学3年生～中学生
定員： 各20名（抽選） 参加費：無料
持ち物： 書初めの道具一式、上履き、新聞紙、敷物
水分補給用飲み物、自分発見パスポート
申込先： 七里公民館窓口または電話にて
平日9時～17時 ☎ 686-4721

12月の行事予定

日	曜日	行事
3	日	コンサート
9	土	理事会
12	火	歌声サロン①
14	木	うんどうサロンⅡ
16	土	園芸サロン
20	水	子育てサロン 歌声サロン②
21	木	うんどうサロンⅠ うんどうサロンⅢ
22	金	ふれあい会食 (B)
26	火	書初め教室

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

冬至

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。) 支援課 児童相談員

日時：12月20日(水) 10:00~11:30

春野児童センター協力

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：12月16日(土) 9:30~12:00

場所：七里公民館 大会議室

内容：正月用寄せ植え、情報交換・交流

持ち物：筆記用具、飲み物、スーパーの袋、新聞紙、実費(寄せ植え材料費)

自宅での栽培・剪定・植え替え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) 75歳以上一人暮らしの方

日時：12月22日(金) 11:00~13:00

場所：七里公民館 レクホール

参加対象地区：B地区(東宮下・東宮下団地・東宮下高層)

※ 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(事前申し込みが必要です。)

日時：12月21日(木) 13:30~14:30

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：12月14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 **護身術・護身体操の体験**

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：12月21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)、運動のできる服装でお越しください。



① ふれあい歌声サロン 日本の歌(童謡・唱歌)

日時：12月12日(火) 14:00~16:00

② ふれあい歌声サロン 世界の歌(世界の名曲)

日時：12月20日(水) 14:00~16:00

場所：七里コミュニティセンター 多目的ホール

持ち物：水分補給用飲み物、マスク(着用)、参加費200円(童謡・唱歌のみ)

※ ご参加をお待ちしています。

参加を希望する方は必ず地区社協事務所にご連絡ください。



事業へ参加する場合のお願い

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。

コロナ感染状況によっては、事業を中止する場合があります。

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

※事業の参加の際は「長寿応援制度」の手帳をお持ちの方はご持参ください。

また、必ずマスク着用でご参加ください。皆様のご参加をお待ちしています。

