

2022年10月 新莊公民館だより

TEL42-8097



人口・世帯数(8月末現在)	
新莊地区	安和地区
世帯数 1416 戸	690 戸
男 778 名	327 名
女 821 名	332 名
合計 1607 名	688 名

新莊公民館・10月行事予定

日	曜日	予 定	予定場所	主団体
5	水	市政懇談会	安和地区	須崎市
5	水	胸部レントゲン	新莊公民館 安和交流会館	須崎市 健康推進課
毎月	第一水	憩いの里レクリエーション(11:00~)	新莊公民館	新莊憩いの里
毎週	水	いきいき百歳体操(10:00~)	新莊公民館	憩いの里体操
毎週	水	いきいき百歳体操(10:00~)	あったかふれあい センター安和	わかば会
毎週	金	百歳体操(9:00~)	センター安和	なぎの海
毎週	土	命の貯蓄体操(9:30~)	安和交流会館	安和命の貯蓄体操
毎週	月・金	命の貯蓄体操(19:30~)	新莊公民館	新莊婦人会
15	土	第3土曜日・お弁当宅配	新 莊 地 区 民 児 協	
23	日	第4日曜日・お弁当宅配	安 和 地 区 民 児 協	

新莊地区民運動会中止のお知らせ

新莊地区民運動会は、今年も昨年、一昨年と同様に新型コロナウイルス感染拡大防止の為に中止する事といたしました。

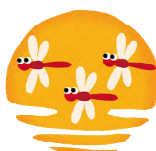
来年は開催できることを祈って感染予防をしながら新しい生活様式を実践して今を乗り切りましょう。

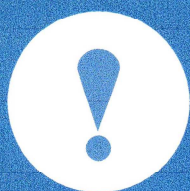
憩いの里 百歳体操指導

昨年に続き暖流の森野先生に百歳体操の指導に来ていただきました。普段きちんとできていると思っている体操ですが、指導していただきより確実に正しく出来るようになったと思います。

丁寧なご指導

ありがとうございました。





感染症対策

へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

① 手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのばすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



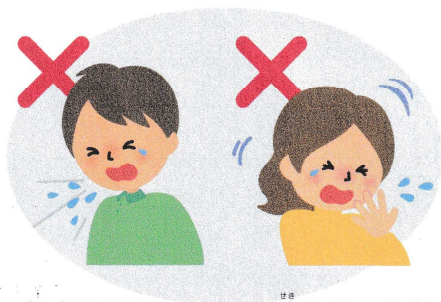
手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

② 咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



何もせずに咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを手でおさえる



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う



2 ゴムひもを耳にかける



3 隙間がないよう鼻まで覆う



首相官邸
Prime Minister's Office of Japan



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

厚労省

検索

