

**新型コロナウイルス感染症に対する当面の対応について
新金岡支部ともの家は、6月末まで閉所いたします。**

新型コロナウイルス感染症対応で、新金岡支部の友の会活動は3月から自粛していましたが、屋外での活動であるラジオ体操とウォーキングのみ、感染症対策に気を付けながら4月から再開しています。

今後の活動については、更なる感染症の拡大、緊急事態宣言の発令により、6月末まで「新金岡支部ともの家」を閉所いたします。室内でのサークル活動、バザーも6月末まで自粛します。新金岡市民センターで行っている絵手紙や、ストレッチ&セラバンド体操についても6月末まで自粛します。(春のバスツアーも中止)

ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願いいたします。

大切な居場所でもありますが、今は皆さんの安全が最優先です。ともの家は閉めざるをえませんが、何かお困りのことがあれば、

健康友の会みみはら事務局までご連絡ください。☎072-244-8061

手洗いなどの感染予防に気を付けながら、適度な運動、睡眠、抵抗力をつけるため栄養を取りましょう。班会やサークル活動など、通常の会活動が早く再開できることを願っています。



～健康チャレンジを取り組まれている方にお知らせ～

健康チャレンジの実施期間は、3月～5月です。

取り組まれている方は、可能な限り、感染症対策に十分気を付けながら、無理のないよう取り組んで頂けたら幸いです。

また、記録用紙の提出期限は6月15日までとなっていますので、ご協力よろしくお願いいたします。

新金岡支部長 澤田節子さんからのメッセージです。

新型コロナウイルスによる緊急事態宣言の出される中、私たちは3月から友の会活動も休止せざるをえなくなり、楽しみにしていたサークルにも出られず、大変さみしい思いをしています。

その中でもサークルで工夫して会員の皆さんにつながりをと、はがきを送りました。

写真クラブでは、合評会をしていましたが、撮った作品を3枚くらいプリントしてメールなども使ったりして、先生に送って評価を返送してもらっています。

また、小物作りでは、以前習った作品を見て、家族のためにマスクを作ったり、描いた絵手紙やクイズやお便りを送ったら、「いつでも元気」誌に掲載されたり、「歩かないとさみしい、身体がなまる」とウォーキングを再開しています。

休校でお孫さんと過ごす方は、「孫と一緒におやつや昼食作りをしている」とか、今まで止まっていた作品作りに励んで作品を完成したり、家庭で今まで手をかけなかった食事作りに手をかけて、家族に喜ばれている、など耳にしています。

外出自粛の中で、無駄に過ごすのはもったいない「できることに目を向ける」直接会えなければ、電話で話を！たまには手紙やはがきを出そう！

適度な運動としっかり栄養を取り、体調を整える、長いコロナ休みを有効利用して、自由を得た時にまた笑顔で再会できるようにしておきましょう！

✿ラジオ体操とウォーキングサークルのみ実施しています✿

※当面の間、新規の参加者のお申し込みは、見合わせています。

ご迷惑をおかけしますが、何卒、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

※支部ニュースの内容についてのお問い合わせは、

☎:080(7178)7595【月～木 9時～16時】健康友の会みみはら事務局 担当 小嶋まで

(今回から連絡先が変更になっています。)

