



# 健康友の会みみはら支部ニュース8月号 新金岡支部 発行：2020年7月29日

5ヶ月ぶりに一部のサークル活動を再開することが出来ました！  
最近の感染状況を見ると、まだまだ油断できません。できる限りの感染対策を実施し、状況を見ながらサークル活動を行っていかれたらと思います。  
(※状況により中止することがあるかもしれません)



↑ ともの家での小物作り

↑ 市民センターでの絵手紙サークル

## 再開に向けてサークル参加の皆さんへお願い

～大切な仲間を守る思いやり～

❁ コロナに感染しない、感染させない活動を心がけましょう。

- ① 参加される際には、必ずマスクを着用してください。
- ② 入室の際には、手洗いや消毒にご協力ください。
- ③ マイボトル（熱中症予防のための水分補給のお茶など）をご持参ください。
- ④ マイハンカチをご持参ください。（手洗いの際はご自分のハンカチを使用してください）
- ⑤ 熱がある時や、体調がすぐれない場合は、無理せず休むようしてください。



## 『ともの家・新金岡』2020年8月9月の行事予定

(※状況により中止になる場合があります)

★月・火・金はオープン 午前10時～午後4時まで

(午後12時～1時は休憩で閉めています。祝日は閉所)所在地新金岡 5-6-103

※7/31(金)の午後と8月28日(金)の午後は閉所します。

新規の参加ご希望の方は、準備の関係がありますので下記連絡先まで事前にお電話下さい。

- ▼ 編み物—8月4日と9月1日(第1火曜日)午前10時～12時
- ▼ 小物作り—8月休み、9月14日(第2月曜日)午前10時～12時
- ▼ 絵手紙教室—8月18日(第3火曜日)と9月8日(第2火曜日)  
午前10時～午後1時(7月は12時まで)【新金岡市民センター2階】
- ▼ 単身世帯の昼食会—8月休み、9月16日(第3水曜日)
- ▼ ふれあい昼食会—8月休み、9月29日(第5火曜日)
- ▼ 健康麻雀—当面の間お休みします。
- ▼ 写真クラブ—8月26日と9月23日(第4水曜日)午後1時30分～3時
- ▼ 映画班—8月27日(第4木曜)午後1時30分～  
9月24日(第4木曜)午後1時30分～
- ▼ セラバンド・ストレッチ体操—8月28日と9月25日(第4金曜日)  
午後2時～4時【新金岡市民センター老人集会所1階和室】
- ▼ ラジオ体操とウォーキング—毎週(火)と(土)  
午前7時に大泉公園のモミジ橋袂のクヌギ林集合です(雨天中止)。  
小回りコース約1.5kmもあります。今まで通り、3km歩くコースもあります、  
ラジオ体操だけ、ウォーキングだけの参加でも構いません。気軽にご参加ください。
- ▼ バザーと健康チェック—8月休み、9月未定



健康友の会みみはらでは、病院や薬局、介護施設などのみみはらグループと連携しながら、健康づくりに取り組んでいます。

また、地域の人たちと一緒に安心して住み続けられるまちづくりにとりくんでいます。



※お問い合わせは、

☎:080(7178)7595【月～金9時～16時】友の会 小嶋までご連絡下さい。