



健康友の会みみはら支部ニュース 7月号

南花田支部 発行：2020年6月24日

健康チャレンジ期間終了！

コロナによる自粛でチャレンジ内容によっては、出来なくなった方もいらっしゃるかと思いますが、3月から5月までのチャレンジ期間が終了しました。チャレンジされた皆さん、お疲れさまでした。取り組まれた方の感想を載せています。

17歳 エントリー④ 食生活改善、朝食を取る

感想 食欲ない時は、しんどかったけど、少しだけでも食べられた。目標があったから。

15歳 エントリー④ はみがきコース

感想 矯正をしたのもあって、しっかりみがく習慣ができた。



71歳 エントリー④ はみがきコース

感想 口臭が少なくなった。舌の色がきれいになった様に思う。



この他には、チャレンジ期間だけでなく、習慣になって良かったという感想が多かったです。これからも取り組んでもらえたらと思います。

先月に引き続き、防護エプロン作りに励んでいます！

健康友の会みみはらでは、「防護エプロン」作りに励んでいます。南花田支部の会員さんにも多数協力して頂いています。支部としても本当にありがたく、感謝しています。

支部の作成枚数は6/24 現在 1400枚を超えています。友の会全体としても2万枚を超えています。診療現場だけでなく、リハビリや介護現場でも使用しています。「防護エプロン」は毎日1000枚程度が必要です。引き続き、ご協力をお願いします。

特別定額給付金の申請はお済みですか。

申請は、8月31日までの期限です。書類の記入方法など、分からないことがありましたら、友の会にご相談ください。

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。



7月より一部のサークル活動を再開します！

サークルの日程 2020年7月と8月の予定

(※状況によっては中止になる場合があります)

- **パッチワーク初級①**
第3火曜日のみ
(13時～15時)
7月21日
8月はお休み
- **パッチワーク初級②**
第3木曜日のみ
(13時～15時)
7月16日
8月はお休み
- **パッチワーク中級**
第2・第4火曜日
(13時30分～15時30分)
7月14日 7月28日
8月25日(8/11は休み)

● ウオーキングクラブ(8月休み)

月～土の午前9時(雨天中止)もみじ橋集合

※パッチワークは、現在、満員です。新規の受付ができません。

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マイスリッパをご持参ください。(共有スリッパの禁止のため)
- ⑤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)
- ⑥熱がある時や、体調がすぐれない場合は、無理せず休むようにしてください。

中止のお知らせ

以下の活動はコロナウイルス感染症拡大防止のため、引き続き、当面の間、中止致します。

○野菜の販売とバザーと健康チェック

○映画会

○9の日宣伝行動

○玄関前行動

○青空健康チェック

※楽しみにして下さった皆様にはご迷惑をおかけしますが、ご理解くださいますようお願いいたします。

※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。