

2023年

【1~3月 運動教室参加者募集】 ナイスびくす

参加者の検温、マスク着用、室内換気、消などの対策を行います。

場所：にじの家サロン（内容はイスに座って行う体操です）

日時：2023年 1月11日/25日・2月8日/22日・3月8日/22日

① 9:15~10:00、② 10:15~11:00、③ 11:15~12:00

対象：しが健康医療生活協同組合の組合員および家族で、6回とも参加できる方

定員：①②③とも各7名（オーバーした場合は抽選）

*前回落選者を優遇します

1/6(金)に抽選を行い、落選者には直接ご連絡します。
(1/7~1/10)

受講料：1500円（初回時に納めていただきます） *持ち物は飲み物（水・お茶）*

申込み：1/5(木)末までに生協事務局まで電話か、直接申し込んでください

生協講座のお知らせ

介護保険の使い方・申し込み方法など

2023年1月14日(土)午後2時~3時予定

ところ にじの家サロン

テーマ 介護保険の申し込み、利用方法について

講師 こびらい居宅のケアマネージャーさん

参加費 100円 定員は10名です

介護保険を利用するためには、どうしたらいいのいか、自分がいざ使うときわからないことってありませんか？
基本的な使い方などケアマネージャーさんの話を伺います。



参加希望される方連絡はこちら(☎077-574-8522 こびらい事務局)

しが健康医療生活協同組合 こびらい健康づくり委員会

今年は「インフル」と「新型コロナ」が同時流行の恐れ
大切なのはワクチンの接種と予防習慣と体調管理

秋から冬に季節が移り変わり、寒さがより一層厳しくなってきました。毎年流行する季節性インフルエンザ。そして、ここ数年世界で猛威を振るっている新型コロナウイルス。厚生労働省の発表によると季節性インフルエンザと新型コロナウイルスの感染拡大により、多数の発熱患者が同時に生じる可能性があるとしてされています。

インフルエンザと新型コロナウイルス。どちらも感染してしまい症状が悪化すると、体に大きなダメージを伴います。ご高齢の方などの場合には、命の危険が生じるこれらの2つのウイルス。まずはウイルスのワクチンの接種をしていただくのと、体調管理や予防習慣を徹底することが大切です。

感染予防の対策（事務局）

感染リスクの高い行動は控え、「マスクの着用」や「手洗い」、「3密(密接・密集・密閉)を回避し「換気」など、これまで進めてきた感染症対策を徹底しましょう。

