

孵化場迫又だより



平成 29 年 1 月号
第 5 号 (随時発行)

新しい年になりました。

今年もよろしくお願ひします。

感染症に気を付けてください

これからの季節はインフルエンザ、ノロウイルスなどの感染症が流行る時期です。うがいや手洗いはもちろん栄養と休養などを十分に取って体力と免疫力をつけましょう。
インフルエンザにはアルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。

転倒などに気を付けてください

寒さもこれからが本番です。雪なども降る割合も多くなり路面が凍結して滑ったり、転倒しやすくなります。また、歩き始めや方向転換なども滑りやすく危険です。出歩くときは気を付けてください。それから、水道管などの水回りの凍結にも気を付けてください。

こちらへ連絡してください

お住まいの居住環境などの不具合などは下記まで本人より直接連絡してください。

保守管理センター

☎ 0120-766-880

2月の行事予定

大槌第 8 (孵化場)

- 2月3日(金) 川上さんのストレッチ
(さんりくWELLNESS)
9時~10時
- 2月8日(水) ふれあいサロン (いわて生協)
10時~12時
- 2月10日(金) 健康相談 (予防医学協会)
13時30分~14時30分
- 2月17日(金) 川上さんのストレッチ
(さんりくWELLNESS)
9時~10時

大槌第 14 (迫又)

- 2月8日(水) 楽しく体操 (地域包括)
13時30分~15時
- 2月14日(火) 川上さんのストレッチ
(さんりくWELLNESS)
13時30分~14時30分
- 2月21日(火) 川上さんのストレッチ
(さんりくWELLNESS)
10時~11時

お知らせ

大槌第 8 (孵化場) 談話室に置いてあるコピー機が撤去されることになりました。ご不便をおかけしますがご了承ください。
よろしくお願ひします。