



新年明けまして

おめでとうございます。

今年は、皆様方に取りまして
希望に満ちた明るい年にな
りますよう
お祈り申し上げます

月日の経つのは早いものですね、震災から二度目の新しい年を迎え
て思うことは、一日でも速く平穏無事な生活に戻れることを願うばかり
です、現実にはまだまだ、現在の生活環境が続くと感じています。

今の状況に甘んじることなく、希望を胸に抱き、お互い励まし合
いより良い生活が送れるように頑張しましょう。

今後とも「広報いとよ」の応援も宜しくお願いします。

今月の健康

風邪に注意！

今年も、風邪の季節になりました、
インフルエンザやノロウイルスが流行
しています、風邪を引かないために健
康に注意し、外出および仕事から帰宅
の際は、「手洗い・うがい」「十分な栄
養と休養をとる」「咳・くしゃみがで
るときは、マスクをする」ことが大切
です。



インフルエンザや、ノロウイルスによる食
中毒は、免疫力や体力の弱っている方、糖尿
病や呼吸器疾患、心疾患などの病気にかかっ
ている場合、感染すると重症化することもあり
ます、子供や高齢者の方がいる家庭では特
に注意が必要です。

ノロウイルスの消毒

ノロウイルスを死滅させる方法には、次亜塩素酸ナトリウムを使う
方法と、加熱があります。

市販の塩素系漂白剤の多くは、次亜塩素酸ナトリウムの濃度が5%
のもので使用可能です（求める際は、成分を確認する）

食品の加熱

- ・食品の中心温度85℃いじょうで1分以上の加熱を行えば、感染性
はなくなるとされている。

調理器具などの消毒

- ・まな板、包丁、へら、食器、ふきん、タオル等は熱湯（85℃以上）
で1分以上の加熱が有効です。
- ・調理器具等は洗剤等を使用し十分に洗浄した後、次亜塩素酸ナト
リウムの濃度が0.02%の消毒液で浸すように拭くことが有効です

（次亜塩素酸ナトリウムの濃度が5%の塩素系漂白剤で作る
場合、水1Lに対して塩素系漂白剤4mlを入れたら、おお
むね0.02%になります）

- *ご家族がノロウイルスの食中毒にかかった場合の対応は、
お医者さんの指示に従って下さい。

談話室からのお知らせ！

人事異動

19日付けをもちまして、XXXXXXXXXXさんが辞職しました。

何かと皆様にお世話になりまして、ありがとうございました。

変わりに、三浦すみ子さんが、お世話になりますので宜しくお願い
いたします。

伐採・搬出車両に注意！

先月ボスティングにより、お
知らせしました仮設裏山の伐
採も進みまして、今月から5
月にかけて搬出作業が予
定されております。

車両の通行が頻繁に行われる
と思いますので、交通には十分注意をするよう、お願いします。



フラダンスを発表！

7月頃から毎月1回、談話室にお
いて練習していた「フラダンス」を
12月12日中央公民館で、「いわて生
協」さん主催の小槌第16仮設と当
仮設の合同忘年会に於いて披露しま
した。

ステージに上がる前は少し緊張し
た様子でしたが、曲が鳴り出すと一
生懸命に踊りを楽しんでいました。

11日には、「希望の花岩手」さん
によるクリスマスリース作りを行い皆
さんステキなリース制作に励んでいました。



また、22日には自治会主催の忘年会が、「岐阜・手と手」代表丹原さ
ん、「赤い羽根・災害ボランティア・NPO活動サポート募金」の後援
により開催されました。

住民の皆さんに多数参加していただいて、ビンゴゲームやカラオケと
楽しみ、盛大に開催できましたことに感謝します、今後とも皆さんのご
協力をお願いします。



1月予定表

7日	お茶っこの会（社協）	10:00～
9日	ふれあいサロン（岩手生協）	10:00～
9日	健康相談（予防医学）	13:30～
15日	ズンドコ体操（県災害看護）	11:00～
28日	楽しく体操（地域包括）	13:30～