

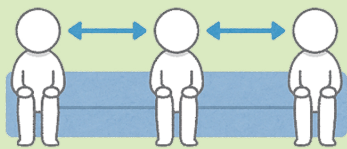
# 地域の取り組み特集

イベントや地域の行事が中止になり、外出する機会が減ってしまっても、自宅でできることを行ったり、今まであった人とのつながりを切らない工夫が必要です。

## コロナ対策をして再開するサロンも

- ◆時間短縮
- ◆手指消毒
- ◆換気をする
- ◆少人数に限定
- ◆密にならない内容を工夫する
- ◆出席者の連絡先を記載
- ◆マスク着用
- ◆席の間隔を空ける

等を行い、再開し始めたサロンもあります。



一宮市リハビリテーション協会と愛知県健康づくりリーダー協力のもと、自宅でできる転倒予防の体操を紹介しています。

一宮市高年福祉課公式 YouTube チャンネルでも配信! 市役所のウェブサイトから資料のダウンロードも可能です。

## 自

## 宅でできる! 貯筋体操

## 一宮市薬剤師会より消毒用エタノールをサロンへ

消毒用エタノールの確保が困難だった5月下旬に一宮市薬剤師会より、消毒用エタノールの確保、販売の話をいただきました。市内のふれあい・いきいきサロンに案内を出し、購入を希望した42カ所のサロンに斡旋を行いました。



## 3密回避で実施予定!

### 誰でもできる! 支え合いボランティア講座

- 日時 11月10日(火)、11月17日(火)の2日間 午後1時30分~3時30分  
※2日目終了後にちよこボラ登録希望者は30分ほど登録説明があります。
- 場所 社会福祉協議会 大和事務所(大和町宮地花池字中道9-16)
- 対象 ボランティアや地域の活動に興味がある方
- 内容 ふれあい・いきいきサロンやちよこボラサービス等の地域活動について  
／介護予防や健康づくりについてなど
- 定員 10名(先着順)
- 受講料 無料
- 申し込み 10月5日(月)午前9時から本部へ  
(TEL85-7024)

退職して時間のある方や  
子育ての間隙時間に何か  
してみたい方におススメ!

