

塙山ふくしかわら版

第261号
塙山学区住みよいまちをつくる会
福祉局
Tel. 34-5431

今年もスタート！～木曜サロン～

1月9日、2020年初の木曜サロンは交流センターの木曜サロンと森下サロンの交流会で、住みよいまちをつくる会の西村会長の挨拶から、晴れやかにスタートしました。この日の参加者は両サロンを合わせて34名。まずは、森下サロンの皆さんによる「呆けない音頭」と「星影のワルツ」の替え歌「好きになった人」では、歌に合わせて参加者も踊りの輪に加わりました。木曜サロンボランティアスタッフは、とんがり帽子を被って登場。各々の手には見慣れた物が…。洗い桶に菜箸、鍋の蓋等、身の回りにある物を楽器に見立てて、「山の音楽家」を演奏しました。

1月23日は、塙山幼稚園との交流会。8人の可愛いお客様と楽しい時間を過ごしました。「雪のペンキ屋さん」と「パレード」の元気な歌声に始まり、「ともだちいっぱい」では一緒に体を動かし、肩たたき。「げんこつ山のためきさん」での“じゃんけん”は、いつの間にか真剣勝負になり、「勝った～!」、「負けちゃった」と歓声が響きました。最後に、木曜サロンを代表して小倉けい子さん（金沢2）が、「ありがとう」と感謝の言葉を述べました。



1/9 森下サロンの皆さん



1/23 笑顔に包まれた塙山幼稚園の園児との交流会

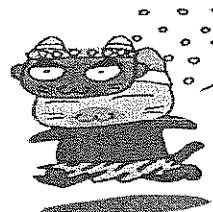
《2月～3月の木曜サロンのプログラム》

- ◆ところ 塙山交流センター
- ◆とき 毎週木曜日 午前10時～12時



- | | |
|----------------------|-----------------|
| ☆ 2月 ☆ | ☆ 3月 ☆ |
| 6日 (木) ピンポンダーツ | 5日 (木) おひな様ゲーム |
| 13日 (木) 消費生活アドバイザー講話 | 12日 (木) サロンのつどい |
| 20日 (木) 広き門狭き門ゲーム | 19日 (木) 体操サロン |
| 27日 (木) お楽しみ会 | 26日 (木) 民謡と踊り |

足腰に不安のある方は、相乗りタクシー「ハナ&ピア号」を利用してお越しください。前日の午後5時までに予約してください。予約・問合せは、事務局までお電話ください。
☎34-5431 <堀江、石崎、高橋>



ぬりえの部屋
参加者募集中

第2・4月曜日
10:00から
お気軽においでください

高齢者のための
パソコン教室
参加者募集中

第2・4月曜日
9:20から
参加費 200円
問合せ
☎34-5431

「はなやま安心パトロール」

実施のお知らせ

2/27(木)3/2(月)3/4(水)の3日間の予定で、多賀消防署と地域が連携して「春の火災予防運動」に合わせて、ひとり暮らしの高齢者や高齢者世帯を対象に、火災予防点検や家屋の安全点検をする「はなやま安心パトロール」を実施します。この点検には多賀消防署員や担当民生員、塙山学区の福祉局や役員が同行します。希望する方は、塙山交流センターまで問合せください。 ☎34-5431

<点検項目>

緊急通報システムの紹介・点検
コンセントや配線関係 防犯・防災対策
暖房器具等・台所ガス台まわりの点検
住宅用火災警報器の設置など

風邪とインフルエンザの予防策

かからない為には、体の抵抗力をつける

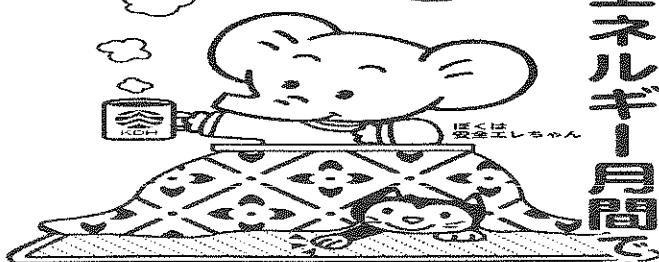
- ①こまめに流水で手を洗う。
- ②人ごみへの外出を避ける。
- ③うがい(3回以上)などで喉を潤す。
- ④室内を加湿し、換気に気をつける。
- ⑤バランスの良い食事を心がける。

もしも風邪をひいたら、安静が大事

- ①無理をせず、安静が一番です。
- ②熱がでたら水分補給と炭水化物(ご飯やめん類)
- ③咳エチケットの実施(咳やくしゃみが出そうになったら、ティッシュなどで鼻と口を抑える)
- ④マスクを着用する。(病院や家で周りの人にうつさない。)

2月は省エネルギー1月間です

コットン布団と
敷き布団を
併用すると
省エネに
なるよ!



関東電気保安協会
KOH <http://www.koh.or.jp/>

相乗りタクシーをご利用ください

相乗りタクシーは1人では利用できません

<利用方法>

- ①塙山交流センター窓口で
利用者登録(登録料1,000円)する
- ②学区内の利用の場合
利用協力金3,000円で、利用券12枚

登録者は、利用券1枚250円
未登録者は、利用券1枚300円

③市内特別便の利用の場合

☆日立病院(城南町)

(参考料金2,600~3,000円)

相乗り利用1人1,250円

2人2,500円 → 夫婦2,250円

☆島崎病院(鮎川町)

(参考料金2,100~2,500円)

相乗り利用1人1,150円

2人2,300円 → 夫婦2,000円

☆えじり内科クリニック(大和田町)

(参考料金2,000~2,300円)

相乗り利用1人1,000円

2人2,000円 → 夫婦1,750円

利用協力金は行先に応じて設定します

④利用日の前日までに

塙山交流センターに予約する。

⑤当日、予約した場所(自宅や病院)で待つ。

⑥降車する時、利用券を運転手に渡す。

<予約受付>

利用したい曜日の前日の17:00まで

<問合せ>

塙山学区住みよいまちをつくる会

福祉局: 瀧口、堀江、石崎、高橋

☎34-5431

辰巳タクシー

日立市千石町3-2-13

0294-36-0163

- ◇車椅子のまま乗車できるタクシー(他1名乗車可)
- ◇ジャンボタクシー(9人乗車可)
- ◇24時間365日ご利用可能
- ◇ご予約承ります