

「わ」ど「な」の通信

NO.7

さぽーたーずくらぶ「Heart」は、地域で共に支え合う！を目的に活動しています。

みなさんいかがお過ごしでしょうか？新型コロナウイルスに限らず、インフルエンザやノロウイルスなどまだまだ感染症には気を付けなければならない季節です。手洗い、うがい、マスク着用を継続し、感染予防に努めていきましょう！

4月の活動予定・活動案内

お掃除ボランティア

9:00～11:00
13:00～17:00



見守り・傾聴ボランティア

14:00～16:00



認知症カフェのボランティア

13:00より開始



「お詫び」

認知症カフェ(「わ」のカフェ)を1/13(水) 2/10(水) 3/10(水)開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症状況により、中止することとなりました。再開に際しましては、皆さまにご案内いたしますので、その際にはよろしく願いいたします。



お役立ちコラムVo.7

新型コロナやインフルエンザに負けない！
うがいや手洗いはもちろんのこと、さらに免疫力を高めることも大切です。

※体の中にウイルスが侵入→体の免疫システムが働く→ウイルスから体を守ります。免疫力を高める食材として、きのこや発酵食品が言われています。腸内環境を改善し、働きを活発にすることで免疫力を高めることができます。それと同時にバランスのとれた食事も大事になります。

他にこんなこと、こういう活動はできるのかな？など募集しています。ご不明な点などございましたらお気軽にお電話でもお問い合わせ下さい。



お申込み・お問い合わせ
社会福祉法人報徳会
さぽーたーずくらぶ「Heart」
TEL:0172-53-3325
FAX:0172-53-3735

E-mail:info@roujinhome-kuroishi.or.jp