

令和2年 8月号

萩原だより

ふれあい交流センター萩原



開館時間：午前9時～午後4時30分 休館日：毎週月曜日 浜松市北区初生町1番地
☎439-4178

ご利用できる方：市内在住で60歳以上の方、中学生以下の子供とその保護者、高齢者や子供を支援する活動に関わる方たち。入館時には利用証を必ず携帯して下さい

新型コロナ対策にご協力ありがとうございます。

- 来館にはマスクの着用が必要です！● 入館・退館時には手指の消毒・手洗いを！
- 利用受付簿はフルネームで記入を！
- ♥三密を防ぐための制限に、引き続きご理解・ご協力をお願いします



フードドライブにご協力を！8月1日～8月31日

フードドライブとは家庭に眠っている食料を食べるものが無くて困っている方へお渡しする活動です。ご協力をお願いします♥

【回収している食品】賞味期限が2ヶ月以上あるもので未開封のもの。常温保存できるもの。調味料、お菓子、レトルト食品や缶詰、お米など



花のボランティア 鶴田威子さんから花の苗を頂きました♥
マリーゴールドが玄関前の花壇にいっぱい咲きました！
かわいい元気な夏の花です。鶴田さん ありがとう ♥



教養講座のご案内

● 栄養教室 「秋の味覚を楽しむメニュー」

楽しく作っておいしく試食の2時間です

9/18・25(金) 午前10時～12時 材料費1,200円 申込受付8/18～9/4 消印有効



● ねんどで遊ぼう！「自分だけのシーサーを作ってみよう！」

どんな表情になるのかな？ 誰かに似てる？

10/3(土) 午後1時30分～ 材料費500円

小学生対象 申込受付9/1～9/20 消印有効

★どちらも申込みは、往復はがきで講座名・住所・氏名(よみがな)・電話番号・(粘土で遊ぼうは学年も記入)を書いて(締切日消印有効)抽選になることがあります★

お問い合わせ ☎439-4178



8月5日(水) 午後1時30分~2時30分 1階 健康相談室

宮島医師による健康相談を開催します。

どなたも予約なしでお気軽にご利用いただけます(検尿・血圧測定や相談等)

おくすり手帳や検診結果表などあればご持参ください。



熱中症に注意

増えて
います!ご注意
ください!

こんな日は熱中症に注意!

- 1 気温・湿度が高い
- 2 風が弱い
- 3 急に暑くなった

こんな人は特に注意!

- 1 肥満の人・体調の悪い人
- 2 高齢者・幼児
- 3 持病のある人

熱中症の予防法

- 水分をこまめにとる!(のどが渇いていなくても)
- 帽子・日傘・涼しい服装
- エアコン・扇風機を使って室温・湿度を調整
- 汗をかいた時は塩分補給も!
- 無理しないでこまめに休憩する!
- マスクを着けているときは負荷のかかる作業や運動は避け、周囲の人と距離をとれる時にはマスクをはずす

萩原 元気はつらつ教室です



7月はおやつ作りや花巾着袋も作りました。

ボランティアさんの芸を観たり歌を歌ったりと盛だくさん!!

8月は夏まつりやゲームなど暑さを吹き飛ばす予定ですよ♡



萩原元気はつらつ教室 利用者さん募集中!

元気はつらつ教室は介護予防を目的としたサービスです

対象地域 高台・高丘・三方原・都田地区及び有玉西町にお住まいで65歳以上のみなさん
ぜひ一度、見学してみてください!

家に居がちの高齢な方などが、寝たきりなど介護が必要な状態にならないよう、レクリエーションや体操、手芸など通じて元気で毎日を過ごしていけるようお手伝いします。

☆活動内容 1週間に1回(月4回が上限)、決められた曜日に利用

☆利用時間は午前10時~午後3時まで

☆利用料 1回1,000円~1,680円(昼食代・送迎代その他材料費など含みます)

☆萩原までお問い合わせを☆

☎ 439-4178