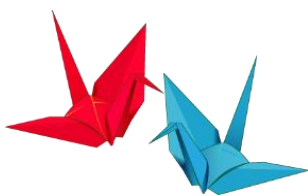
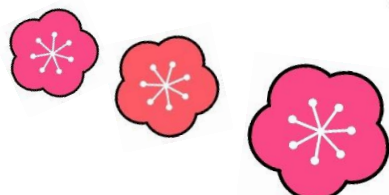


# お元気だ よ い



## 地域の活動紹介 第7回 折り紙～北外山県住～

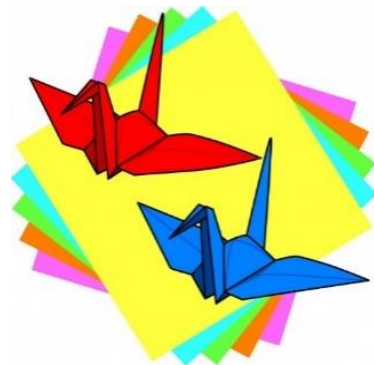


北外山県住集会所には、今日もにぎやかな声が聞こえてきます。昨年9月から始まりました「折鶴花輪」の皆さんです。毎週木曜日に県住の皆さんが集まり、10時～12時まで楽しくお話をしながら鶴を折っています。

日頃から一人暮らしの方が多いためですが、初対面の方でも和気あいあいと仲良くなり、心穏やかな時間が流れています。

折った鶴は、サロンで開催するお誕生会のプレゼントにしたり、集会所に飾ったりして

いるとのこと。手先を使うことで認知症予防にもなっていると話してくださいました。



# オレンジカフェみなみ 開催しています！

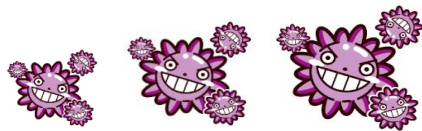


オレンジカフェみなみは、地域の皆さんが集まり、日頃の悩みや不安なことなど、お茶を飲みながら気軽にお話ができる集いの場です。また、認知症の専門的な相談もできます。

開催日時：毎月第1土曜日 9:30~11:30  
参加費用：100円（飲み物・おやつ付）

場所：特別養護老人ホーム幸の郷 コミュニティーカフェ結い

## インフルエンザ流行の季節です



インフルエンザでは、咳やのどの痛み、高熱、全身のだるさ、食欲不振などの症状が強く、頭痛や関節痛・筋肉痛などの症状を伴います。気づいたら、医療機関で診察を受けましょう。

### せきエチケット

インフルエンザをはじめとして、咳やくしゃみの飛沫により感染する病気は数多くあります。「咳エチケット」は他人に感染させないために、個人が咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ、ハンカチなどで口と鼻を押さえることです。特に電車や職場など人が集まる所で実践することが重要です。

## 南部地域包括支援センター ケアタウン小牧

小牧市大字北外山字掛割8番地1

☎ 71-2100

小牧市の委託を受け、運営しています。  
気軽にご相談ください。

