



ぽかぽか便り

第47号

令和2年3月31日

『子どもたちも、ひとり暮らしでも、認知症になっても、自分らしく安心して暮らしていける佐世』

今年もきれいに咲き始めました



3月は新型コロナウイルス感染症一色の月でした。今後もっと拡大していきそうな感じがします。そしてだんだん身近に迫ってくる危機感を覚えます。

そんな中、今年も桜がきれいに咲き始めました。交流センター前の木ももうすぐ満開です。毎年きれいな花を咲かせ、私たちの心を癒してくれ、自然のありがたさを感じます。

新型コロナウイルス感染予防のため、にぎやかなお花見は控えねばなりません。お花を見て、愛でてあげたいですね。そんな心の余裕…持てるといいですね。

雲南市
保健師より

新型コロナウイルスの集団感染を防ぐために

『わたしたちにできることは何でしょう・・・』

◇換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集まることを避けましょう。

【新型コロナウイルス感染が疑われる症状】

- ・風邪症状や 37.5℃ 以上の発熱が 4 日以上続く
 - ・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある
- （ 高齢者、糖尿病、心不全、呼吸器疾患の基礎疾患がある方
透析を受けている方
免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方
は、上記症状が 2 日程度続く場合 ）



上記症状がある方

「帰国者・接触者相談センター」
へ相談ください。

雲南保健所 0854-47-7778

平日 8:30~17:15

上記症状がない方

一般的なお問い合わせ先

雲南保健所 0854-47-7777

平日 8:30~17:15



福祉部活動の振り返りをしました。

第4回福祉部会を自治会福祉正副部員、民生児童委員が集まり、3月19日（木）に開催しました。4グループに分かれて今年度事業の振り返りを行い、次のようなご意見をいただき、最後はアンケート記入で今年度事業を終えました。

◎ぽかぽか便りについて

- ・便りを通して会話ができて良い。元気確認ができる。個人情報の問題があるが、時にはひとり暮らしの方の生活の様子を掲載してはどうか…知りたい情報ではないだろうか？お互いに力をもらえるのではないかと意見がありました。

◎自治会サロンについて

- ・参加者は、毎月顔をあわせることでお互いの元気を確かめ合うことができ、そのことが一番の楽しみになっていると感じる。
 - ・参加される方が固定化してきた。年々高齢になられ、次の世代の人にも参加してほしいが、まだ現役で働いておられ難しい。 など
- いろいろな要望や課題などについては、来年度検討していきたいと思います。

脳トレに挑戦

次の話を声に出して読みながら、
各問に答えてください。

問1

「い」は何個出てきますか？

問2

「た」は何個出てきますか？



灰かぶり姫(シンデレラ)

つかうか、ようじょにいましめられていたこともわすれていました。それですから、まだまだとけいがじゅういちじだとおもったのに、じゅうにもうったのでびっくりして、ついとたちあがって、めじかのようにはしっこくかけだしました。おうじもすぐあとをおいかけてましたが、とうとうおいつきませんでした。けれど、さんどりよんも、あわてたまぎれに、きんのうわぐつをかたあしおとしました。

編集後記 今年度最後のぽかぽか便りになりました。4月からまた新たなスタートです。4月と言えば、その言葉に少しの緊張感と、期待感、楽しみ、新鮮さを感じます。更に農作業は忙しくなり大変かなあ…でもやっぱりわくわく感でいっぱい！楽しい4月です。（川島）

【発行】佐世地区振興協議会福祉部 〒699-1214 雲南市大東町上佐世 1385-3
電話・FAX (0854) 43-2110 有線 2712-01

解答

問1:2 問2:6