

土居隣保館便り

4月号



発行:土居隣保館 〒799-0703 土居町藤原 5-400-3 TEL/FAX 28-6356



新型コロナウイルス感染症について、いろいろな話を聞いて、不安な気持ちになっている人もいるでしょう。このようなときこそ、私たちは、強くつながり、ウイルスに負けない絆をつくらなければなりません。

新型コロナウイルスの感染が国内でも拡大している中、感染した方やその家族、外国人の方等に対する不当な差別、偏見といった様々な人権侵害が報道されています。このようなときこそ、つらい思いをしている人の立場に立ち、皆でこの不安と危機を乗り越えていきましょう。

また、感染症予防に関する科学的知識や思考は、正しい情報を選択するために必要なことです。国や県、市など公的機関が発信する情報にもご留意いただき、地域や家庭において、正しい理解を得られるよう話し合い、誰一人として傷付くことも傷付けることもないよう皆で手を取り合って、この不安と危機に対処していきましょう。

がんばるけん!
えひめけん!



隣保館利用者の皆様へのお願い

- 利用者の皆様においては、利用前後での手洗いを励行するほか、暖房の有無にかかわらず、窓・扉を開けての定期的な換気を実施し、長時間の滞在は控えるようにしてください。
- 発熱・せきなどの症状がある方は利用を控えるなど感染予防に留意していただくようお願いいたします。
- 新型コロナウイルス感染症拡大状況によっては、隣保館でのイベント、各講座等の開催を中止させていただく場合がありますので、ご来館前に必ず開催の有無をご確認ください。ご不便をおかけ致しますが、感染拡大防止のため、ご協力をお願いします。

「第28回土居隣保館まつり」開催中止について

新型コロナウイルス感染症の拡大防止に伴い、2月26日(水)に発表された政府からのイベント自粛方針および、何より地域の来場者やすべての関係者の健康と安全を鑑み、3月1日(日)に開催を予定しておりました「第28回土居隣保館まつり」の中止を決定いたしました。

開催を楽しみにしていた地域の皆様、開催へ向けご協力いただいていた皆様には多大なご迷惑をおかけしましたが、感染の拡大を収束するべく、このような判断とさせていただきます。

何卒ご理解を賜りますようお願い申し上げます。

土居隣保館長 村上正哲



日	曜日	行事予定
1	水	
2	木	
3	金	
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	空手教室 19:00~
8	水	
9	木	
10	金	
11	土	
12	日	
13	月	
14	火	空手教室 19:00~
15	水	
16	木	スローエアロビック 10:00~
17	金	愛隣連定期総会・研修会【川内公民館】
18	土	
19	日	
20	月	
21	火	空手教室 19:00~
22	水	
23	木	スローエアロビック 10:00~
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	各種相談日 10:00~(内容:職業・人権など)
28	火	3B 体操教室 10:00~・空手教室 19:00~
29	水	昭和の日
30	木	

スローエアロビック教室

今年度も引き続き、4月から月3回程度（木曜日）実施いたします。

スローエアロビックは、ゆったりとしたテンポで、ソフトに動く、中高年の皆さんにおすすめの軽運動です。健康作りや肥満、認知症の予防にも効果的です！

運動が苦手な方や、体が硬いという方も大丈夫です！ぜひ皆さんもこの機会に参加してみませんか？

講師 しおいり ひさえ 塩入 久恵さん
(四国中央市エアロビクス協会)

受講料 無料
持ち物 ストレッチマット、上履き、タオル、水分補給用の飲み物

4月の予定は、
16日(木)、23日(木)の2回、
10時から90分程度行います。
※興味のある方は土居隣保館までご連絡ください。

さんびー 3B 体操教室



3B 体操は、「遊びの要素」・「気軽に」・「体に無理なく」をキーワードに、老若男女問わず、誰でも楽しめるように考案された健康体操です。

ボール、ベル、ベルターといった用具を使用することで、しっかりとした健康効果が期待できます。「体を動かしたいけど、激しい運動は…」とお悩みの方もまずは一度ご参加ください。

日時 毎月1回 原則第4火曜日開催
4月は28日(火)です。

時間 午前10時~午前11時30分
講師 井上厚子 さん (公益社団法人日本3B体操協会公認指導者)

受講料 無料
持ち物 トレーニングマット、上履き、動きやすい服装

■体操に使う用具(ボール・ベル・ベルター)は、こちらで用意します。
※興味のある方は土居隣保館までご連絡ください。