

令和7年度

地域サロン



真鶴で元気に暮らしていきたい方、おしゃべりしたい方、誰かの役に立ちたい方など、誰でも気軽に参加できる場所

地域サロン真輪に参加するための留意点

(日常の留意点)



毎日、体温を計測し、体調を確認しましょう



石けんを使った手洗いや手指消毒アルコールでの消毒をしましょう



1 時間に 2 回以上換気をしましょう

(真輪参加時の留意点)



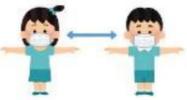
発熱または風邪の症状があるときはお休みしましょう



アルコール手指消毒を用意します



風邪の症状がなくてもマスクを着用しましょう



椅子の位置は動かさず人との距離を保ちましょう



体操時の水分補給は各自で水筒などを準備しましょう

こまめに水分補給をしましょう



参加者の名簿を作成します（氏名、住所、電話番号等）

感染症対策のためご協力をお願いいたします

場 所	<u>町民センター3F 講堂</u>
開催日	毎月2回 第1、3金曜日 (※会場の使用可能状況に応じて変更になる場合があります。)
時 間	午前 10時から午前 11時30分頃
食 事	飲食の提供ができませんので、熱中症予防のための水分を、 <u>ご持参ください。</u>
内容や目的	<ul style="list-style-type: none">• 予防体操（開催時間の内、1時間程度）• 情報提供／情報交換• 地域住民同士の交流の場
講 師	(有) ビーアウェイク 代表：久野 秀隆 ナーシングホーム真鶴 作業療法士：杉田謙太郎

令和7年度「真輪」開催予定日

4月		
	18日(金)	久野先生
5月	2日(金)	杉田先生
	16日(金)	久野先生
6月	6日(金)	杉田先生
	20日(金)	久野先生
7月	4日(金)	杉田先生
	18日(金)	久野先生
8月	1日(金)	杉田先生
	15日(金)	久野先生
9月	19日(金)	久野先生
	26日(金)	杉田先生
10月	10日(金)	杉田先生
	17日(金)	久野先生
11月	7日(金)	杉田先生
	21日(金)	久野先生
12月		
	12日(金)	久野先生
1月	16日(金)	久野先生
	23日(金)	杉田先生
2月	13日(金)	杉田先生
	27日(金)	久野先生
3月	6日(金)	杉田先生
	27日(金)	久野先生

お問い合わせ先 真鶴町社会福祉協議会 0465-68-3313