



# あったかふれあいセンター

三原村社会福祉協議会 46-3003

担当：池上・澤田

新型コロナウイルス感染症の流行が懸念される中、この冬に向けてインフルエンザワクチンの需要が高まる可能性があるようです。今年は過去5年で最大量（最大約6300万人分）のワクチンを供給予定。インフルエンザワクチンは重症化予防などの効果がある一方で、発病を必ず防ぐわけではなく、接種時の体調などによって副反応が生じる場合があります。医師と相談の上、接種いただくとともに、接種後に体調に異変が生じた場合は医療機関に相談しましょう。どちらも感染防止の3つの基本である ①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いの徹底が重要な鍵となります。徹底しましょう。

11月の集い開催予定（状況により中止する場合があります。）

地区	午前10時～11時半	午後1時半～3時	
来栖野	1(火)・15(火)・22(火)	亀ノ川	7(月)・14(月)・28(月)
皆尾	ひ8(火)・10(木)・17(木)・24(木)	広野	9(水)・30(水)
地区	午前10時～午後3時	宮ノ川	4(金)・18(金)
下切	11(金)・22(火)	2(水)	
柚ノ木	8(火)	星ヶ丘	10(木)1回のみ開催【19:30～】
下長谷	14(月)・29(火)	今月の・・・ *介護予防教室 成山 11/10(木)10:30～11:30 来栖野 11/15(火)10:30～11:30	
上下長谷	4(金)		
上長谷	9(水)【9:00～14:00】		
狼内	25(金)		
成山	10(木)・24(木)		

10/3（月）下長谷集会所にて、歯科衛生士山口氏による「口腔ケアでフレイル予防」の無料講習会を開催。

口腔内を綺麗にしておくことで低栄養の予防になり、元気な生活を送れるとの事で歯科受診の大切さを再認識することが出来ました。

誤飲予防の為に唾液を出す方法も教えて頂きました。また集いの場でもお伝えしていきたいと思っております(^)/



## 野外活動の様子 ☆9/29(木)

四国最南端の第38番札所、金剛福寺に行ってきました。  
新型コロナウイルス感染症の影響もあり、団体客は久しぶりで嬉しいとの事で住職の奥様が敷地内の案内までして下さい、ゆったりと参拝を楽しむことができました。  
参拝後は万次郎足湯にて雄大な太平洋白山洞門を眺め癒



☆10/20 (木) コーラルフルーツ大月農場へみかん狩りに  
行ってきました。 お天気にも恵まれ暖かい日となり、  
みかんの味も最高でした。



## ♡野外活動♡ 11/21 (月)

牧野植物園まで行きませんか？

農構センター出発8:30⇒牧野植物園(高知市五台山)⇒

とさのさと(北御座)にて買い物⇒三原着17:30

募集: 11/10(木) × 人数: 10人程度 詳しくはあったかスタッフまで!!