

# 城東区老人福祉センターだより

2020年  
7月号



QRコード読み取り



〒536-8510 大阪市城東区中央 3-5-45  
TEL: (06) 6932-0017 FAX: (06) 6934-8340  
《指定管理者》社会福祉法人リベルタ

## 来館者の把握



来館時には、必ず記名をお願いします。  
利用証の提示もお願いします。

## 体温チェック

お家で必ず検温をしてきてください。  
発熱や風邪の症状がある方は来館を控えてください。

センターでも来館時に検温をおこないます。



## マスクの着用 手洗い・消毒



マスクをしよう



必ずマスクの着用をお願いします。  
また入室前やトイレ後の手洗い、消毒は徹底しておこなってください。  
トイレのハンドドライヤーは使用できません。  
ハンカチやタオルの持参をお願いします。

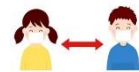
## 室内の換気

こまめに窓を開けて、室内の換気をおこなってください。



換気をしよう

## 飛沫感染予防



人との間隔はできるだけ2m（最低1m）空けてください。

サークル終了後は、できるだけ速やかに帰宅をしてください。センター内での飲食も禁止です。ただし、活動中の水分補給はおこなってください。

## 熱中症に注意しましょう！



- ・エアコンの温度設定をこまめに調整し、換気をおこないながら暑さを避けましょう。
- ・屋外で人と十分な距離を確保できる場合は、適宜にマスクをはずすなど、気温や湿度の高い中でのマスクの着用には注意しましょう。
- ・のどが渇く前にこまめに水分補給をしましょう。一日あたり、1. 2リットルを目安にしてください。汗をかいた時は塩分も忘れずに！
- ・日頃から体温測定、健康チェックをし、健康管理をしっかりとおこないましょう。体調がすぐれない時は無理をせずに自宅で静養してください。
- ・日頃から適度な運動をし暑さに備えた体作りをしましょう。



# 7月行事予定表



部屋名	日		月		火		水		木		金		土																																																												
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後																																																											
多目的室	城東区老人福祉センターをご利用いただきありがとうございます。 当センターをご利用の際は、利用証のご提示をお願いいたします。																																																																								
多目的室	★フリースペース サークルの打ち合わせなどにご利用ください。ご希望の方は事前に事務所までお願いします。																																																																								
多目的室	<table border="1"> <tr> <td>10:00~ ペン字 サークル</td> <td>15:30~ 元気体操</td> <td></td> <td></td> <td>13:00~ 絵画同好会</td> <td></td> <td></td> <td>15:30~ 元気体操</td> <td>10:00~ けんこう体操 サークル</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>10:00~ フック ダンス</td> <td>13:30~ 3B体操</td> <td></td> <td></td> <td>13:00~ 新舞踊同好会 15:30~ 百歳体操コスモス</td> <td></td> <td></td> <td>10:30~ 百歳体操 さくら</td> <td>13:00~ 社交ダンス</td> <td colspan="6">卓球</td> </tr> <tr> <td></td> <td>13:00~ 俳句 もくれん会</td> <td></td> <td></td> <td>10:00~ 手芸同好会1</td> <td></td> <td></td> <td>13:00~ 手芸同好会2</td> <td></td> <td>13:00~ ウエルネス ダーツ</td> <td colspan="5">★フリースペース バンパー常設</td> </tr> </table>														10:00~ ペン字 サークル	15:30~ 元気体操			13:00~ 絵画同好会			15:30~ 元気体操	10:00~ けんこう体操 サークル							10:00~ フック ダンス	13:30~ 3B体操			13:00~ 新舞踊同好会 15:30~ 百歳体操コスモス			10:30~ 百歳体操 さくら	13:00~ 社交ダンス	卓球							13:00~ 俳句 もくれん会			10:00~ 手芸同好会1			13:00~ 手芸同好会2		13:00~ ウエルネス ダーツ	★フリースペース バンパー常設																		
10:00~ ペン字 サークル	15:30~ 元気体操			13:00~ 絵画同好会			15:30~ 元気体操	10:00~ けんこう体操 サークル																																																																	
10:00~ フック ダンス	13:30~ 3B体操			13:00~ 新舞踊同好会 15:30~ 百歳体操コスモス			10:30~ 百歳体操 さくら	13:00~ 社交ダンス	卓球																																																																
	13:00~ 俳句 もくれん会			10:00~ 手芸同好会1			13:00~ 手芸同好会2		13:00~ ウエルネス ダーツ	★フリースペース バンパー常設																																																															
多目的室	<table border="1"> <tr> <td>5</td> <td>6</td> <td>7</td> <td>8</td> <td>9</td> <td>10</td> <td>11</td> <td colspan="8"></td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>13</td> <td>14</td> <td>15</td> <td>16</td> <td>17</td> <td>18</td> <td colspan="8"></td> </tr> <tr> <td>19</td> <td>20</td> <td>21</td> <td>22</td> <td>23</td> <td>24</td> <td>25</td> <td colspan="8"></td> </tr> <tr> <td>26</td> <td>27</td> <td>28</td> <td>29</td> <td>30</td> <td>31</td> <td colspan="8"></td> </tr> </table>														5	6	7	8	9	10	11									12	13	14	15	16	17	18									19	20	21	22	23	24	25									26	27	28	29	30	31								
5	6	7	8	9	10	11																																																																			
12	13	14	15	16	17	18																																																																			
19	20	21	22	23	24	25																																																																			
26	27	28	29	30	31																																																																				

**歩く会**  
※7月は中止です

**お誕生会**  
※当面の間、中止です

**ぶらっとカフェ**  
※当面の間、中止です

～ご利用時間の変更のお知らせ～  
**【囲碁・将棋】** 午後12時30分～2時30分(1部) 午後2時30分～4時30分(2部)  
 ※1部・2部で分けていますのでそれぞれの時間内でのご利用をお願いします。  
**【バンパー】** 午後12時30分～4時30分までの間 ※できるだけ短時間のご利用をお願いします。