

# 社会福祉協議会だより

暦では春というのに、寒い毎日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？  
京都市でも、まだまだコロナ新規感染者数が落ち着きませんが、今月は感染防止対策を  
きちんと行ったうえで、活動を再開したいと思っております！ 皆様のご参加を心よりお待ちしております。

## 今月の予定

### 健康すこやか体操

3月2日(水)

午前10時30分～12時  
中唐戸児童館

ボールを使って、だれでも楽しく  
できる体操です。間違い探しなど、  
頭の体操などで楽しいひとときを  
過ごしています♪

次回：4月13日(水)

### 健康すこやかヨガ

3月14日(月)

午前10時30分～12時  
中唐戸児童館

持ち物… マットかバスタオル・お茶  
(中唐戸児童館にお尋ねください。)

次回：4月18日(月)

### 梅生会

3月11日(金)

午後1時30分～3時30分  
上鳥羽北部いきいき市民活動センター

次回：4月8日(金)

### お買い物ワゴン

お年寄りの方や身体の不自由な方(原則、  
要支援認定の方)を対象に、日常生活の  
買い物の支援事業です。

詳しいことは、鳥羽ホームにお尋ねください。

☎ 075-692-1147

### 悠遊の集い

3月6日(日)

季節の行事や昔から伝わる文化に親しん  
でみませんか？お茶をのんでほっこりしま  
しょう♪興味のある方は中唐戸児童館に  
お問い合わせください。

次回4月3日(日)

ほっとひろば

《 ぱるっこ 》

3月4日・18日(金)

午前10時30分～12時  
中唐戸児童館

次回：5月6日・20日(金)

### 自由にあそべる広場

上鳥羽子育てサロン

《 ほっこりん 》

3月8日(火)

午前10時30分～12時  
中唐戸児童館

次回：5月10日(火)

## 不織布マスクを推奨いたします！

### マスクやフェイスシールドの効果 (スーパーコンピュータ「富岳」によるシミュレーション結果)

対策方法	なし	マスク			フェイスシールド	マウスシールド
		不織布	布マスク	ウレタン		
吐き出し飛沫量	100%	20%	18-34%	50% <sup>※2</sup>	80%	90% <sup>※2</sup>
吸い込み飛沫量	100%	30%	55-65% <sup>※2</sup>	60-70% <sup>※2</sup>	小さな飛沫に対しては効果なし (エアロゾルは防げない)	

マスクやフェイスシールドの効果の表より、マスクも種類によって  
効果が違います。感染防止対策の一つとして不織布のマスクを推奨します！

お問い合わせは児童館までご連絡ください。

中唐戸児童館 ☎ 075-672-2900

(開館時間… 午前10時～午後6時30分)