



よつば

〒984-8519
 仙台市若林区五橋3-2-1
 NTT五橋第2ビル内
 TEL 022-712-4986
 FAX 022-712-4987
<http://www.npo-dikiknet.com>

デルタ株の感染予防対策には「換気」が大事！

会員の皆様には、その後お変わりありませんでしょうか。

今年も七月末に「絵てがみ教室」の皆様のご協力により、素敵な暑中お見舞い状を全会員へお届け致しました。絵てがみ教室の皆様、作品作り本当にありがとうございました。

さて、宮城県は8月30日から9月5日のコロナ感染者の100%が感染力の強い『デルタ株』であると発表しました。デルタ株の主たる感染経路は空気感染で ウィルスを含む微細な粒子「エアロゾル」を吸い込むことで感染します。エアロゾルの大きさは0.005ミリ以下で空気中を長い時間漂います。この対策には、隙間のない不織布マスク着用を徹底し、空気清浄機等を正しく活用して空気の流れをつくり「換気」することが大事であると、WHOは警告しています。職場や家庭では30分毎の「換気」が望ましいとのこと。（エアコンには一般的に換気機能はない）マスク着用でも換気の悪い場所には長く滞在しない等、科学的根拠に基づく感染予防対策を徹底し、大切な家族や子供達をコロナから守りましょう。

一年半に亘る自粛生活で「辛い」毎日だと思えます。新しい事を一つ（一字）加えることで「幸せ」になります。例えば、この機会に「インターネット」の世界を楽しまれてはいかがでしょうか。ユーチューブで趣味や技を広げ腕を磨く、各方面の貴重なリモート講座を視聴する、ネット上で興味ある世界を巡る等、何でもチャレンジできる魔法の道具です。事務局では、いきいき発表会に代わる「オンライン発表会」を検討中です。また、ホームページに加え、電子メールでタイムリーに情報をお届けしコミュニティの充実を図る考えです。

シニアの二大ストレスは「孤独」と「退屈」です。ステイホームの時間を豊かで「幸せ」に過ごすために新しい事を探し楽しんではいかがでしょうか。

朝夕、肌寒いこの頃です。くれぐれも体調管理にお気を付けてください。

10月吉日

理事長 千葉 儀憲



暑中お見舞を 皆様に！！

今年も、いきいきネット会員の皆様と、いきいきネットの活動にご理解・ご協力をいただいている方々に、ふれあい電話活動の一環として絵てがみ教室会員の方々の作品を挿絵として、新型コロナウイルスに負けずに元気に過ごしていただきたいとのメッセージを含め「暑中見舞いはがき」を送らせていただきました。

暑中見舞いを受け取った皆様からは、新鮮で心温まるなど好評だったようで感謝のメッセージをいただいています。

※発送数 ・一人ぐらしの方々→84名・会員・顧問・講演会講師等→378名

◆◆ 作者名（敬称略） ◆◆

伊藤 紀子	千葉 一枝	菅原 千枝	赤坂 明美
末永 治子	今井 健司	藤枝 美津子	鹿野 倭子
菊地 孝	山田 和子	鎌田 善也	大沼 八州
堀江 ちよ子	遠藤 きよし	籠林 信雄	穴戸 協子

・皆様、暑い中ご協力をありがとうございました。

<はがき例>



メールアドレスの登録をお願いします！

いきいきネットの活動模様やイベントなどの情報を電子メールで配信し、ホームページを案内してタイムリーに皆様にお伝えしたいと思えます。電子メールでのお知らせに賛同いただける方は是非メールアドレスの登録をお願いします。メールアドレスの登録は、いきいきネットのホームページ「お問い合わせ」フォームから名前、電話番号、メールアドレスを入力・送信することで可能です。送っていただいたメールアドレスは、事務局で厳重に管理し、いきいきネットからの連絡以外には使用いたしません。

コロナ禍でのリモート等による各サークル活動 ～ サークル活動で、新たなチャレンジ ～ コロナ禍でも皆様頑張っています

絵手紙教室

絵てがみ教室は、年10回開催し、活動してきましたが、コロナ禍により昨年引き続き、現在も休止が続いています。

このような中ですが、会報の発行や作品作りの、状況をお互い交換するなど、会員同士のコミュニケーションを図っています。今年も「いきいきネット」事務局から暑中お見舞いはがき用挿絵の依頼を受け、皆様のご協力のもと提供することができました。

今夏の暑中お見舞いはがき等、「いきいきネット ホームページの絵てがみ教室コーナ」に作品が掲載されていますので、ぜひご覧ください。現在は活動休止中ですが、「何か描いてみたいなあ」と思っている方は、「いきいきネット」にご連絡下さい。教室再開の折にはこちらからご案内いたします。是非教室を覗いてみてください。お待ちしております！！

自宅での作品制作 例



ウエルネットみやぎ（点訳活動）

あなたも点訳ボランティア、やってみませんか？

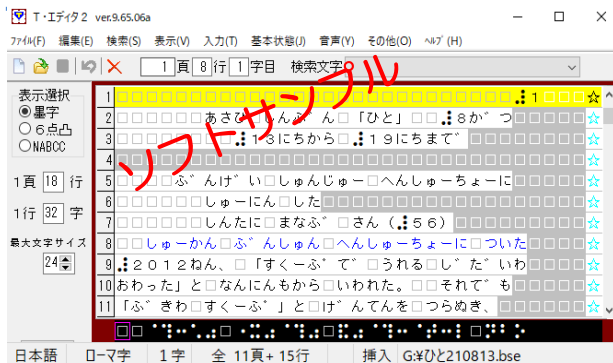
- 「3時前の前は離すんだっけ？」
- 「『3じ まえ』と、はなすよ」
- 「仙台駅前前は？」
- 「『えきまえ』と続けるよ」

点字は、かな文字体系であるため、語の区切り目を明らかにする意味で、「分かち書き」をする必要があります。点訳ソフトを使って、自宅でも自由な時間で作業ができます。

結構奥が深くてやっけて楽しいです。正確なものにするため、校正作業が必要です。自宅で点訳したファイルを持ち寄って校正作業を行っていましたが、コロナ禍のなか、いまは感染対策のため、点訳ファイルをメールで交換しあっています。いつまでこの状況が続くか・・・。

点訳した本を利用してもらおうと、やっけてよかったとうれしく思います。

新しいメンバーもたくさん入っていただきたいんです。あなたも点訳ボランティア、やってみませんか？



健康教室

「健康教室」は、コロナ禍でも感染防止対策を行い、毎月開催しています。そして、昨年末から相次いで4名の新しい仲間の皆さんをお迎えしました。今回号では、6月に入会された中村裕之さんをご紹介します。

～ 新規メンバー“中村さん”の声 ～

皆さんはじめまして中村裕之です。

コロナ禍で活動が制限され、健康維持のため「健康教室」に入会しました。初めて参加させて頂いた際には、「健康教室」の皆さんから親切にして頂き、また、準備運動（ストレッチ）で体をほぐした後、太極拳のゆっくりとした動きで心身ともにすっきりとしました。太極拳は健康に良いと思い、今後も続けていきたいと思います。皆さんも仲間になりませんか。



〈前右列から3人目が中村裕之さん〉

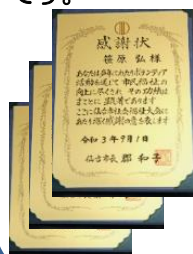
～ 「杜の会」メンバーに「仙台市長、仙台市社会福祉協議会会長から感謝状の贈呈」 ～

第56回仙台市社会福祉大会（表彰式典）が令和3年9月1日、仙台市サンブラザーホールで開催される予定でしたが「緊急事態宣言の発令及びまん延防止措置の適用を踏まえ、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、式典が中止されました。」大会の席上において、多年にわたりボランティアとして社会福祉の向上に尽力された功績により仙台市長などから感謝状が贈呈されました。

なお、推薦団体は「仙台市ボランティア連絡協議会」です。

（なお、感謝状は郵送されました）

仙台市長から 仙台市社会福祉協議会会長から



笹原 弘様 武山 幸雄様 菊地 隆志様

受賞おめでとうございます。
これからもお体に気を付けてお願いします。

＜お問い合わせ先＞

NPO法人でんでん宮城いきいきネットワーク

Tel 022-712-4986 fax 022-712-4987