

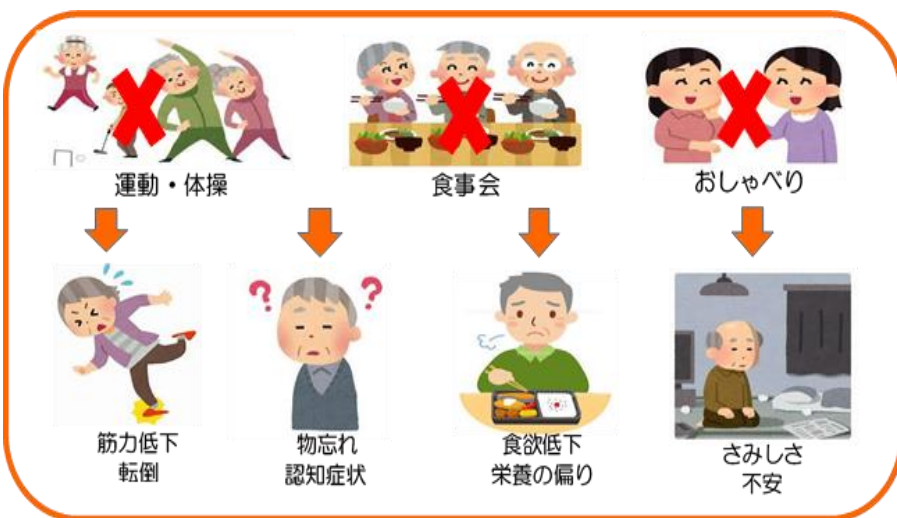
福祉活動を自粛中のみなさまへ

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、活動の自粛等が続く中、いかがお過ごしでしょうか？サロンの支援者さんとの電話でのやりとりでは、参加者から「サロンやらないの？」「だれとも話してない・・・。」と活動の再開を望む声や、「改めてみんなが楽しみにしてくれていたことに気づいたわ～」といった話を耳にし、社協としても一刻も早い終息を願うばかりです。

今後も活動の自粛要請の期間が長引くことが予想されており、活動されていた方の体や心にも様々な影響が出てくるのが懸念されます。活動者の中には、遠方のお子さんがコロナの影響で帰って来られず不安に過ごす参加者に対し、定期的に電話をかけている方もいるようです。

皆さんの地域でも、様子が分からず心配な人はいますか？心配な人のことで、気になっていることや、どうしたらよいか悩んでいることがありましたら、遠慮なく社協までご連絡下さい。必要な情報（コロナへの対応や支援に関すること、自宅でできる体操や脳トレに関することなど）についても、できる範囲でご提供します。

些細なことでも構いません！お気軽にご連絡下さい。



〇〇さん、最近見かけないけど、大丈夫かしら？



○本部・三原地域センター(三原市総合保健福祉センター4階)

電話(0848)63-0570 FAX (0848)63-0599

○本郷地域センター(三原市本郷福祉センター)

電話(0848)86-3607 FAX(0848)60-6064

○久井地域センター(三原市久井保健福祉センター)

電話(0847)32-7101 FAX(0847)32-5011

○大和地域センター(三原市大和保健福祉センター)

電話(0847)34-1214 FAX(0847)35-3020

縫わずに簡単！洗えるマスク♪

なかなか手に入りにくくなってしまったマスク！でも、周りが付けている中で、マスク無しでは外に出られない。そんな時、家にある材料で簡単に作ってみませんか？ミシンも針も使わず簡単に作れます♪

【用意するもの】（出来上がり 10cm×18cm 程度）

- 薄めのハンカチ …………… 45cm×45cm 程度 1枚

- ※ 素材はガーゼや綿など、柔らかくて肌に優しいものがオススメ！
- ※ 白やベージュ、薄いパステル系や暖色系の色が肌に馴染みやすい♪
- ※ ハンカチの大きさを変えると子どもサイズにもアレンジ可能！

- 幅 3mm のゴムひも …………… 30cm くらい 2本

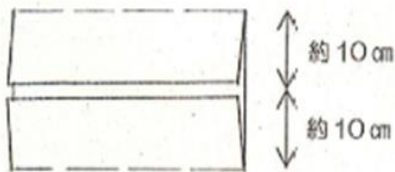
- ※ 使い捨てマスクのゴム・ストレッチ素材の布、ヘアゴム、細めの紐など、耳に掛けて使えれば、何でもオッケー！



写真：さくら野百貨店 弘前店ニュースより

【作り方】

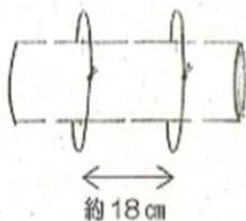
- ① ハンカチを中心に向かって半分に折る



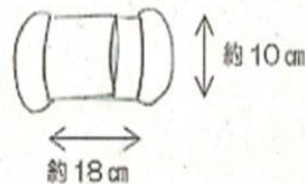
- ② さらに半分に折る



- ③ ②を結んだゴムに通す



- ④ ハンカチの左右を折りたたんで出来上がり♪



参考： <https://youtu.be/mEhC3a-Lj1w>

アマビエ妖怪を描こう！

アマビエは、光輝く半人半魚の姿で海中から現れ、豊作や疫病を告げたとされる日本の妖怪です。自分の姿を描いて人々に伝えさせることで、疫病を治めたとされることから、今年の2月頃から「コロナウィルス対策としてアマビエのイラストをみんなで描こう」と話題に上がり、厚生労働省でも使用されるなど「アマビエブーム」が起きています。過去にも江戸時代のコレラ流行時に流行ったようです。新型コロナウイルスでもご利益を期待したいですね。

（イラスト：<https://togetter.com/li/1480272> より）

