

## 利用者カード交付期間について

★ カード更新手続きを済ませた方は、次の期間内に旧カードと新カードを交換してください ★

### 【一般利用者カードの交付期間等】

期 間	時 間	場 所
令和2年3月30日(月)	9:00~11:30	3 階
~4月30日(木)	13:00~16:00	受付窓口

### 【高齢者利用者カードの交付期間等】

期 間	時 間	場 所
令和2年3月26日(木)	9:00~11:30	3 階
~4月30日(木)	13:00~16:00	受付窓口

### ◆ ご注意ください ◆

交付期間内に、カードを受け取らないと、再度の更新手続きからカード交付まで2週間程度の日数が必要となり、職業紹介等で支障が生じる恐れがあります。  
必ず、期間内にお受け取りください。



山谷地域外に生活の場を移された方で、居宅生活の安定的な維持が図られていると認められる場合（アパート等に居住し、定期的、安定的収入がある方）は、更新の対象となりませんので、あらかじめご承知おきください。

## 地震が来てもあわてない心がけを！

平成23年3月11日に発生した東日本大震災から9年が経とうとしています。

地震が起きた時は、何よりも自分の命を守ること、そしてケガをしないことが大切です。地震の揺れを感じたら、まず身の安全を最優先して行動できるよう、下記のことを日ごろから心がけて地震等の災害に備えましょう。



### ★ 地震時の行動 ★

まず身の安全をはかり、揺れがおさまるまで様子を見る。

### ★ 地震直後の行動 ★

- 落ち着いて揺れがおさまってから火の始末をする。
- 転倒した家具やガラス破片、屋外の落下物等に注意する。
- 揺れがおさまったら避難できるような出口を確保する。
- 揺れを感じたら門やブロック塀などには近寄らない。



### ★ 地震後の行動 ★

- 火災や洪水等のおそれがあるときは、すみやかに安全な場所へ避難する。
- ラジオやテレビ、行政等から正しい情報を得る。
- お互いに協力しあって救出・救助等を行う。
- 避難が必要な時は、電気やガスなど安全を確認する。

## センター利用時の心得について

他の利用者の迷惑にならないよう、下記のルールを守ってセンターを利用してください

### 【センター利用等について】

- 酒気帯びの方の相談利用はできません
- センターの建物内や敷地内での飲酒は厳禁です
- センター内（娯楽室内喫煙ルーム除く）は寄せ場も含めて禁煙です
- センターの敷地内での寝込み等はしないでください
- センターの敷地内に長時間荷物を置き続けしないでください

酒気帯びの方への仕事の紹介も一切行いません  
※酒気帯びが判明した場合は、その場で帰っていただきます。



### 【娯楽室の利用等について】

- 娯楽室内での喫煙は喫煙ルーム内のみ可です
- 娯楽室内での飲酒は厳禁です
- ※酒気帯びで他の方の迷惑となる場合は利用をお断りしています



ルールを守れない方や係員の指示に従わない方は退出していただきます。

## 新型コロナウイルス感染症を予防しましょう

新型コロナウイルスに関連した肺炎が発生しています。発熱・せき等の呼吸器症状を発症し、高齢者は重症化する場合がありますので、風邪・インフルエンザと同じように感染症の予防をお願いします。

★流水と石けんで手洗いを頻繁に行いましょう。特に外出後は、口・鼻・目等にさわる前に手洗いを徹底しましょう。



★せきやくしゃみをする時は、口・鼻をティッシュや手で覆いましょう。使用したティッシュはすぐに捨て、流水と石けんで手を洗いましょう。

★外出する際は、できるだけ人混みを避けましょう。



## 娯楽室健康相談（3月）

- 日時 3月11日（水）・28日（土）  
午後3時30分から5時30分まで
- 場所 センター娯楽室  
※医師と看護師が来ます。最近体調がすぐれない場合がありますら、お気軽にご相談ください。

（公財）城北労働・福祉センターの高齢者特別就労紹介の始番がわかります。

**03-3876-4217（テープ案内）**

ぜひ、ご活用ください。

※かけ間違いに十分ご注意ください。

