

## 利用者カードの交付期間について

★利用者カードの更新手続きを済ませた方は、下記の交付期間内にカードの交換をしてください。

交付期間中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週間程度かかります。

その間、職業紹介が受けられなくなりますので、必ず、期間内にお受け取りください。



【利用者カード交付期間（一般・高齢者利用者カードとも）】

期 間	時 間	場 所
令和3年3月25日(木)	9:00~11:30	3 階
~4月30日(金)	13:00~16:00	受付窓口

## ★年1回は必ず結核検診(胸のレントゲン検査)を受けましょう!!

結核は、現在も年間1万5千人ほどの人がかかっている病気で、過去の病気ではありません。治療せずに放置すれば、自分自身の命だけでなく、感染により人の命を危険にさらす大変おそろしい病気です。

※次のような症状が続く場合は必ず受診しましょう。

◆身体がだるい ◆微熱が続く ◆タンが出る(タンに血が混ざる) ◆せきが2週間以上続く

センターでは、令和3年度も台東区や荒川区、東京都で行う結核検診の実施を予定しています。日程については、その都度ひろば等でお知らせします。



結核を早く見つけるために、積極的に検査を受けましょう。

# 楽しく健康体操を始めました！

娯楽室では、利用者の健康な体づくりを応援するため、毎月第4金曜日に「楽しく健康体操」を実施します。3月5日に第一回を実施し、6名の方が参加しました。

娯楽室職員による誰でも簡単にできる体操です。寒さ、コロナなどに負けない健康な体を一緒に作りましょう。

## 【次回の予定】

実施日 4月23日（金）11：10～11：30

場所 センター1階寄せ場

※新型コロナウイルス感染症の状況により中止になる場合があります。



# 新型コロナウイルス感染症

1月7日に東京都に発出された2回目の「緊急事態宣言」は、2月7日までの期間となっていました。3月7日までに延長され、さらに3月21日まで再延長されました。

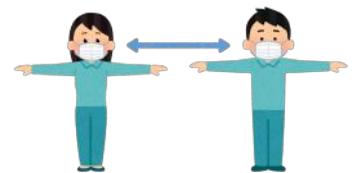
都内の感染者数は1日2000人を超えた1月上旬に比べるとだいぶ減ってきましたが、下げ止まりの状況が続いており、現在は1日300人前後で推移しています（3月15日現在）。

一方、ワクチンの接種が医療従事者から順次開始されるなど、少しずつですが明るいきざしができました。

しかし、気をゆるめると一気に感染者が増加してしまうのが、この新型コロナウイルス感染症の怖いところです。

緊急事態宣言が解除されたからといって、いきなりマスクを外した生活ができるわけではありません。

再び緊急事態宣言が発出されないように、これまでと同様の感染予防をしていきましょう。



## 4月のカレンダー

1	2	3	4	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	
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
				ひろば															ひろば		地域クリーンアップ作戦		こんこん靴市（玉姫稲荷神社）	こんこん靴市（玉姫稲荷神社）				昭和の日		

地域クリーンアップ作戦は、4月22日（木）が雨天の時は4月30日（金）実施です。