

！！ 感染予防対策していますか？ ！！

全国で新型コロナウイルス感染症が増加傾向になっており、高知県内でも増えつつあるというところですが、12月に入り、今後はインフルエンザやノロ・ロタウィルスなどの感染性胃腸炎の流行も予想されます。

「え〜〜怖いなあ…。どうしよう…。でもなんとかなるやろ〜」と思いませんか？

感染から自分を守るのは自分自身です！

自分でしっかりと感染対策をして、予防することが大事です。

感染を防ぐために

- ◎マスクの着用⇒鼻が出ていると意味がありません！！
- ◎こまめに手洗いをする
⇒石鹸で15秒しっかり洗い、流水できちんと流す
- ◎アルコール消毒もしっかりと！
- ◎食事の前や調理をする前には必ず手洗いをしよう！

また、「自分は大丈夫やき！！」と思っている人！

大丈夫な人はいません！！

ウィルスや菌は目には見えません。たとえ症状が無くても、感染している可能性もあります。
人に移さないためにも

- ◎マスクする
- ◎咳エチケット
- ◎食事中などマスクを外す場面では、会話を控える

・・・など、自分のためにも人のためにも、日常で気をつけながら生活をしましょう。

＜プログラムからお知らせ＞

★「カラオケ」(木) 午前 は、
隔週の実施になります

★「お楽しみ会♪」 28日(月) 午後
ステージ出演者も募集中！

★年末の「大そうじ」があります
自分たちがよく使う場所をきれいにし、また来年も
気持ち良く使えるように…！ ご協力おねがいします！

【お休み情報】

★「パソコン教室」 22日(火) 午後

◎その他プログラムの急な変更や中止となることがありますがご了承下さい