



にこやか新家 1月号

令和 7 年 1 月 1 日

新年明けましておめでとうございます。

旧年中は百寿会活動にご協力、ご支援賜りありがとうございました。

本年も昨年が変わりませずご協力、ご支援宜しくお願い致します。

1月行事予定

(諸事情により予定は変更する時があります。)

- 16 日 (木) 13 時 00 分 なごやか新家 (主催:福祉委員会)
- 22 日 (水) 12 時 30 分 令和7年新年会(自治会館2階大広間)
- 24 日 (金) 14 時 00 分 役員・班長会議(第4金曜日)

◎ 1月の若宮八幡宮、小公園の清掃活動は休みです。

2月行事予定

- 2 日 (日) 8 時 00 分 若宮八幡宮清掃(南地区)
- 20 日 (木) 13 時 00 分 なごやか新家 (主催:福祉委員会)
- 21 日 (金) 14 時 00 分 役員・班長会議

◎ 2月の小公園の清掃活動は休みです。

12月8日に行われました中区秋季ゲートボール大会で新家会Bチームが第3位になりました。

◎ゲートボール部・グラウンド・ゴルフ部参加者募集中です。

明るく 楽しく 元気よく ♪(^.^♪ (事情により実施日変更する事が有ります。)

♪カラオケ愛好会

日時 : 毎月第2・4木曜日
午後1時20分～4時頃
場所 : 新家町自治会館2階大広間
参加費 : 1回につき100円

※ 1月はお休みです。

♪コーラスクラブ

日時 : 毎月第1・3火曜日
午後1時30分～4時頃
場所 : 新家町自治会館2階大広間
参加費 : 1回につき100円

※ 1月7日は休みです。新年は1月21日から始めます。

特殊詐欺が急増中

区役所 キッシュカード
還付金 ATM

怪しいと思ったらすぐ相談を!

☆両方気を付けて下さい!

ヒートショックを防ぐポイント

- 湯はり時に浴室と脱衣室を暖めておく
- 入浴は41度以下で10分以内
- 入浴前に水分を摂り家族に一声かける
- かけ湯をしてからお湯に浸かる
- 心臓から遠い足先から肩まで徐々に湯温に慣らしましょう

これらの対策は、ヒートショックが防げないことを保証するものではありません。入浴の前後にお酒を飲んだり、食後すぐ入浴に入浴剤を浴びることは避けてください。

tenki.jp

夏の猛暑から冷たい冬の季節になりました。過ごしやすい時期は年々短くなりますね!

インフルエンザやマイコプラズマ肺炎など早くも流行しているようです。

年末年始お出かけになることも多いと思います。お気をつけてください。