

「中地域まちづくり」かわら版

～「地域のつながり・向こう三軒両隣」の絆を求めて～

発行者 大口町中地域自治組織
協働 大口町地域協働課

▽大口町中地域自治組織第7回定期総会について

第7回定期総会は、新型コロナウイルス感染症の拡大が進行している状況を受け、開催を中止しました。代議員の皆様には、提案事項につき書面での同意をいただき決議の省略を行いました。

▼第7回総会で提案された令和2年度の事業計画と予算

事行計画	予算額
<p>会議 総会、役員会、各部会、研修会 代議員、地域協力員との懇談会</p> <p>安全安心な地域づくり事業 青色防犯パトロール活動 防災・減災啓発活動 小学生自転車安全教室 (10/7)</p> <p>健康促進事業 健康促進活動 (ポールウォーキング会 春・秋) (ヨガ教室 2月予定) 健康福祉啓発 (福祉講演会 7月予定) (ひとり歩き高齢者捜索 模擬訓練 11/13, 19)</p> <p>地域交流・魅力発見事業 歴史と民俗の研究・発信 (なかちいき さんぽ 秋に予定) 交流教室 (語学・料理・工芸) 地域貢献活動 住民交流会 (2月予定)</p> <p>広報活動 かわら版の発行 地域の意見集約活動</p>	<p>収入の部 (円)</p> <p>委託料 2,323,000 諸収入 76,898 繰越金 550,102 合計 2,950,000</p> <p>支出の部 (円)</p> <p>運営事業 1,919,000 地域づくり事業 610,000 地域課題解決事業 88,000 予備費 333,000 合計 2,950,000</p>

* 地域協力員募集中

お近くの役員や協力員、事務所までお問い合わせ下さい。皆様のご参加をお待ちしています。
TEL 75-0675 (月・水・木 9:00~16:00)

* 持ち寄り居酒屋「より所 なかちいき」は、コロナ感染予防のため現時点では開催は未定です。

裏面もご覧ください。

直葬プラン 会員価格
116,000 (税別) 円
寺院費用は含まれておりません

「式場使用料」
「サービス料」
も含んで
＝葬儀費用
として**完結**

＋火葬料金
尾張北部聖苑管内の場合
5,000円となります

直葬・一日葬
24時間対応(年中無休)お気軽にご相談ください
0120-000-400

大口町中地域にお住いの皆様へ
ご葬儀代がお得になる
町内契約あります!

平安会館 大口斎場
丹羽郡大口町余野3丁目1番
0120-250-400

お詳しくは
お問い合わせ
ください

▼ 令和2年度の新役員

会長	近藤 喜昭	余野区	理事	近藤 功司	余野区
副会長	工藤 和憲	余野区		白井 幸雄	余野区
	瀬川 行男	さつきヶ丘区		吉田 満昇	余野区
会計	伊藤 信夫	余野区		竹腰 豊子	垣田区
監事	近藤 和充	余野区		長沼 三男	垣田区
	武田 静雄	垣田区		安藤 嗣彦	さつきヶ丘区
				宮下 正和	さつきヶ丘区

▼ 事務員 駐在時間の変更

令和2年5月1日より事務所の駐在時間が9時から16時に変わります。

◎ 新型コロナウイルス感染症対策 (健康福祉部会)

体力・免疫力を維持するためには、

適度な運動・バランスのとれた食事・十分な睡眠

が必要です。

● 家の中でもできるストレッチ

適度な運動は、血行を良くし、体温を上げて体力・免疫力を維持しやすい身体の状態をつくります。また、運動することでストレスの解消にも繋がります。歯を磨きながら背伸びやかかと立ちを繰り返したり、横向けに寝転んでいるときに上になっている片足を引き上げることも簡単にできる運動です。



● 質の良いバランスのとれた食事

- 主食(ご飯・パン・麺類) 毎食必ず食べましょう。
- 主菜(肉・魚・卵・大豆料理など)

タンパク質は、筋肉や骨はもちろん、血液、皮膚、ホルモン、免疫細胞などを作る材料です。不足すると皮膚や粘膜が弱くなり免疫力が下がってしまいます。

- 副菜(野菜・きのこ・海藻類など)

緑黄色野菜(にんじんやほうれん草)には、抗酸化ビタミンが多く含まれ、また、腸内環境を整える働きにより免疫力アップにつながります。

これらをまんべんなく食べ、水分(1日約1.5ℓ)をしっかり摂るようにしましょう。



● 十分な睡眠

睡眠不足は不安を招くため、しっかり睡眠をとることも大切です。睡眠は休養に必須であるだけでなく、免疫機能をアップさせるといわれています。毎日規則正しくストレスをためないように過ごしましょう。

新型コロナウイルス感染症に関する電話相談窓口

- 愛知県江南保健所 平日午前9時～午後5時
(0587) 56-2157
- 帰国者・接触者相談センター(愛知県江南保健所)
平日午前9時～午後5時 夜間・土日・祝日 オンコール(24時間) 体制
(0587) 55-1699

相談は
こちらへ