



江戸川みまもり隊だより

“江戸川みまもり隊は、今日もまちを歩く”

第101号
令和2年5月1日

● 新型コロナウイルスに感染しないために

“手洗い・うがい”を励行しましょう！！

住民の皆様お元気ですか！

この度の件で世界中が日々の生活に大きな影響を及ぼす程の大変な事態となっており、一向に収まる気配が感じられない状況下にあります。今後、新たな感染を引き起こさないために、一人一人が毎日の“手洗い・うがい”を着実にやり、感染をこれ以上増やさない努力が求められています。



● 悪質商法ご用心！！

新型コロナウイルスに便乗した悪質な詐欺の事例が発生しています。不審な電話又心当たりのないメールなどには、十分注意してください。

例①自宅の固定電話に「新型コロナウイルスの検査が無料で受けられる。

その為にはマイナンバーが必要。と言われた。

②「助成金があるので個人情報教えてほしい」と言われた。

など、いろいろな手口で悪質な詐欺が発生。

「独立法人国民生活センター」資料より抜粋。

自宅でできるフレイル予防

テレビやラジオを利用して体操をしましょう。

椅子に座ってもできるように工夫されています。

ラジオ NHK 第一放送（毎日 6：30～6：40）

テレビ総合（毎週 月～金曜日

9：55～10：00・14：55～15：00）

Eテレ（毎日 6：25～6：35）

内容はラジオ体操・みんなの体操・オリジナルの体操などです。



3つの【密】、絶対に避けて

換気の悪い
密閉空間



むんむん

大勢がいる
密集場所



ぎゅうぎゅう

間近で会話する
密接場面



がやがや

● 皆様へのお知らせです

5月の「地域のお茶の間」「男のいこい」は、新型コロナウイルス感染症予防のため、中止します。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

江戸川みまもり隊事務所

江戸川区江戸川 1-46（社会福祉法人 江東園となり）
介護のご相談は江東園熟年相談室へ 03-3677-4631

<連絡先>

代表 伊久美 明