

No.94

令和2年1月号

てとて



発行先 社会福祉法人 福島市社会福祉協議会

所在地 福島市森合町 10-1

福島市保健福祉センター2F

TEL 024-533-8881

FAX 024-533-8879

E-mail f-fukkou@f-shishakyo.or.jp

謹賀新年

新たな年を迎え  
皆様のご健康と  
ご多幸を心より  
お祈り申し上げます。



福島市内に避難されている方の  
集いの場として開催している  
ホットサロン『てとて』は、

**毎月1回 第4水曜日**

に福島市保健福祉センター  
で開催します。

## ホットサロン「てとて」のご案内

### ★1月22日(曹洞宗 初笑い)

会場 福島市保健福祉センター 5F 大会議室

住所 森合町 10-1

電話 533-8881

開場 9:30



### ★2月26日(さくらんぼコンサート from 山形)

～みんなで音楽の楽しさを～

会場 ウエディング エルティ 1階 スクエア

住所 野田町一丁目 10-41

電話 535-6188

開場 10:00



出演：ヴィオラ山中保人さん クラリネット本田有里恵さん チェロ久良木夏海さん

【以上、山形交響楽団】

# ヒートショック対策と予防

12月から2月の冬場に起こりやすい浴槽での事故として、ヒートショックがあります。ヒートショックとは、急激な温度の変化によって血圧の変動、失神、不整脈などの症状がみられ、重症な場合には死に至ることもあります。

## ※入浴中の事故を防ぐための注意ポイント

1. 入浴前に脱衣所と浴室を温めましょう
2. 湯温は41度以下、湯につかる時間は10分以内を目安にしましょう
3. 浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう
4. 食後・飲酒後の入浴は控えましょう
5. 同居者がいる方は、入浴する前に一声かけましょう



12月11日（水）リフレッシュツアー  
「白河だるま絵付け体験」を実施しました。  
皆さん各々の可愛いだるまさんが出来ました。

母畑温泉「八幡屋」では美味しい食事と温泉を堪能しました。  
ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。



皆さまからのご意見、ご感想お待ちしております

