

コロナ禍の中前向きに明るく！

みなさんお変わりありませんか。昨年の春ごろから新型コロナウイルス感染症の大流行が全国的にはじまりましたが、幸いにも琴平には感染者がでなくほっとしています。これに安心してはいけません。これからも「三密」を避け、手洗い、消毒をして初心を忘れないようにしましょう。

高齢者のワクチン接種は、4月からだそうです。1回目と2回目は3週間おいての接種になります。まだまだ辛抱しなくてははいけませんね。しかしコロナが終息するまでは食事、運動、睡眠に気をつけて前向きに明るく過ごしましょう。地域の活動にも積極的に参加しましょう。ただし感染症対策を忘れずに！

認知症予防 あなたは大丈夫？

早期発見のチェックポイント

- 同じ話を何回もしたり、同じことを何回も聞くようになる。
- 日時をよく忘れるようになる。
- 物をどこへ置いたか分からなくなり探すが増える。
- 外出するのが面倒になる。
- 身なり、服装に気を使わなくなる。
- 買い物に来て買い忘れるが増える。
- 同じ物を買って帰ることが増える。
- 小銭を数えるのが面倒になり、お札で支払うが増える。
- 新しい器具が使いこなせなくなる。
- 会話の途中で何を話していたか忘れてしまうが増える。
- 長く続けてきた趣味への関心が薄れてくる。
- 手の込んだ料理を作らなくなる。

お知らせ

3月 ゴキブリ団子作り 4月 支部総会（予定）

今年も焼き肉のタレ作りをします。

班会の実施曜日を月曜日から、第2、第4の金曜日（13:30）に変更しました。

☆支部総会

4月19日（月）午前10時～ 総合会館

*コロナの感染状況により、規模を縮小（三役 or 支部運営委員のみ）して開催となることもあります。