



高山植物の女王「コマクサ」

# 原市第七区便り きぼうのまち

発行：原市第七区  
区長 鈴木 礼三  
上尾市瓦葺1524-2

編集室 責任者：佐々木 正行

## 残暑お見舞い申し上げます



区長 鈴木 礼三



今年は新型コロナウイルスの為、夏祭り、盆踊りの2大祭りが中止になってしまいました。非常に残念ですが、皆さまにおいては、引き続きコロナ対策をよろしくお願ひいたします。七区ではコロナ対策の最中でも、野外活動の、「ちいさなたすけあい運動」「ラジオ体操(月～金)」月一回の「アルミ缶リサイクル活動」は実施しております。皆様のご協力に感謝致します。七区会館の9月からの利用の検討に入っているサークル、クラブも出てきました。七区ではコロナ対策で検温器、消毒液、空中除菌スプレー等設置いたしました。「ちいさなたすけあい運動」も含めて、七区の事は七区で助けあいたいと思います。新型コロナウイルスに負けないように、3つの密を避け、また熱中症予防に気を付けて頑張りましょう。

## 「熱中症予防と新型コロナウイルス」対策

熱中症予防 × コロナ感染防止で  
「新しい生活様式」を健康に!

「新しい生活様式」とは：新型コロナウイルス感染防止の3つの基本である ①身体的距離の確保 ②マスクの着用 ③手洗いの徹底や3密(密着、密接、密閉)を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

**注意** マスク着用により、熱中症のリスクが高まります  
マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなり、気づかないうちに脱水になると、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

熱中症を防ぐために  
**マスクをはずしましょう**

ウイルス感染対策は忘れず!

屋外で  
人と2m以上  
(十分な距離)  
離れている時

十分な距離

マスクを着用時は

激しい運動は避けましょう  
のどが潤いていなくても  
こまめに水分補給をしましょう

気温・湿度が高い時は  
特に注意しましょう



むじなや公園



七区会館



非接触型検温器



セキスイ公園



むじなや公園

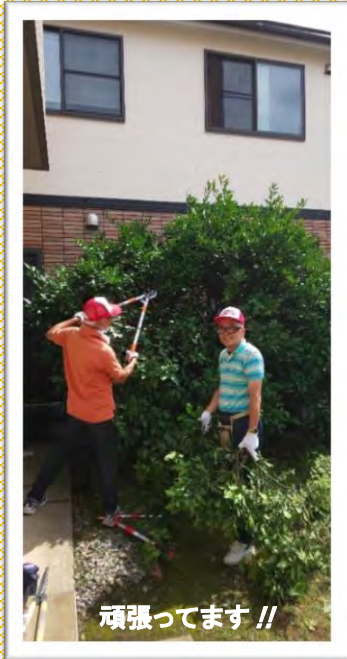
朝のラジオ体操も、3密を避けて頑張っています。

## アッピー マスクバンクを設置

新型コロナウイルス対策課 ☎775-2294

「マスクを寄付したい」という声にお応えして、アッピーマスクバンクを開設しました。寄付していただいたマスクは医療従事者や高齢者、障害者などのために有効に活用させていただきます。【受け付けるマスク】不織布マスク、布マスク(手作りマスク) サージカルマスク、N95マスク  
※開封済みマスクは受け付けできません。直接、市役所6階新型コロナウイルス総合窓口か各支所・出張所または東・西保健センターへ 広報 あげお 7月号より

# 七区ちいさなたすけあい運動特集



令和元年に敬老事業で、申込み用紙を75歳以上の490名の各家庭に個別配布した結果、庭の枝切りが46件の申込みがあり、全体でも61件になりました。また最近、若い世代の人達がボランティアとして入ってくれました。これからも「ちいさなたすけあい運動」を推進していきたいと思しますので、ご協力をお願いします。

### 【申込み方法】

- 申し込みは7区会館ポスト
- 区長、副区長宅
- 各地区の民生委員まで

### 【お手伝いの内容】

- 庭木の消毒
- 庭木の枝切り
- ゴミ出し
- その他の簡単な作業

### 【その他】

- 作業は無料
- ボランティア募集  
(自分にできる範囲のお手伝い)  
1時間から1時間半位  
内容によっては業者の紹介。

区長宅 ☎722-3738

## 「リサイクル」後の分別作業がんばってます!!



回収後、分別作業をしています。  
アルミ缶(潰して)とスチール缶  
を分けて出して下さい。  
ご協力お願いします 😊



七区ボランティアと専門部代表の皆さん

## 防犯パトロールの募集

七区の安心、安全と健康促進のためにパトロール隊に参加しませんか？  
活動は月1, 2回、1時間程度です。



☎ 048-722-3738 区長 鈴木 礼三

☎ 048-721-4467 地区防犯推進委員 高津 日出夫



”きぼうのまち”は皆さんと共に  
作るもの是非情報をお寄せ下さい

<http://www.chokai.info/haraichi 7/>

編集室

- 小串 公子・作山 富美子
- 澤田 輝雄・田邊 聡子・戸田 松江
- 本田 益代・佐々木 正行