

# 坂井きべ

コミセンだより

令和2年6月11日

NO. 202

☎72-0007



まち協のHPもチェックしてね！

## コミュニティセンターの利用について！

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、皆様には多大なご協力をいただきお礼申し上げます。

おかげ様をもちまして6月から段階的（ステップ）に利用制限を設け、コミュニティセンターを利用できるようになりました。なお、今後の情勢や国・県・市の方針等により変更の可能性もございますのでご了承くださいますようお願いいたします。新型コロナウイルス感染の一日も早い終息と区民の皆様のご健康をご祈念申し上げます。

坂井木部コミュニティセンター長

開館 8時30分～21時30分（祝祭日・第三日曜日は休館日です）

【6月15日～7月9日】ステップ2

### 《コミセン利用を許可するにあたり》

1. 利用者全員がマスクを着用（負荷が高い運動、歌・コーラス等マスクを外さないと呼吸が困難となる場合の活動時には、一時的に外すことができます。）
2. 利用者全員の検温（非接触型体温計を設置いたします。37.5度以上は発熱とみなします。）
3. 利用者全員の連絡先の記入
4. 利用者は全員が県内者に限定
5. 利用者はできるだけ2mの間隔をあけ、室内の換気を徹底
6. 使用前には机や椅子、ドアノブなど、消毒拭取りの協力
7. 飲食禁止（ただし、水分補給は可）

### 《条件付きで利用可能》

1. 調理室の利用にあたっては、調理は○、飲食は×とします。
2. 利用者数が各部屋定員の2/3を超えないこととします。  
（下記の表を参考に利用の申込をお願い致します。）



### ◆坂井木部コミュニティセンター 部屋別利用可能人数◆

令和2年6月15日～当面

部屋	定員(人)	利用可能人数	使用料(1時間)
大会議室	100	66人	300円
小会議室	30	20人	100円
小研修室	15	10人	100円
研修室(和室)	60	40人	200円
調理室	25	16人	100円 *設備使用料+50円

## 【7月10日～7月31日】ステップ3

(ステップ3以降は、今後の情勢、国・県の方針等により変更の可能性があります)

### 《コミセン利用を許可するにあたり》

1. 利用者全員がマスクを着用(負荷が高い運動、歌・コーラス等マスクを外さないと呼吸が困難となる場合の活動時には、一時的に外すことができます。)
2. 利用者全員の連絡先の記入
3. 利用者はできるだけ2mの間隔をあげ、室内の換気を徹底
4. 使用前には机や椅子、ドアノブなど、消毒拭取りの協力

### 《条件付きで利用可能》

1. 利用者数が各部屋定員の2/3を超えないこととします。

※8月以降につきましてはまた「コミセンだより」でお知らせいたします。



### まちづくり協議会からのお知らせ



#### ① 今年の敬老会は中止となりました。

新型コロナウイルス感染症拡大を防ぐため、坂井市の方針で市内全域において開催中止となりました。大変残念ではございますが、高齢者の皆様のご理解をお願いいたします。

#### ② 今年の坂井木部夏まつりは中止となりました。

毎年7月にすずらん保育園と合同開催していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大を防ぐため中止となりました。区民の皆様のご理解をお願いいたします。

### 正藤保健師の健康一口メモ

長期間、新型コロナウイルスに対する不安や日常生活の制限が続き、**体力不足や免疫力が低下**しています。これからの暑い夏を乗り切るためにも、徐々に体力や免疫力をアップさせていきましょう。

1. 朝の光と共に起床し、**規則正しい生活リズム**を。目が覚めたら大伸びをして**腹式呼吸**をする。
2. **バランスの良い食事**をとる。「ゆっくり」「きちんと食べる」「体を温めるもの」
3. 自分に合った**有酸素運動**をする。ウォーキングやスクワット、ラジオ体操など
4. 心の健康づくりのため、「うれしい」「たのしい」「ほっこりする」ことを見つけて実行する。