

町長コラム 第163号

行動制限が緩和され、ジワリジワリ感染者が増えています。

国立感染症研究所が発表した新型コロナウイルスの感染経路は、感染者の鼻や口から放出される感染性ウイルスを含む粒子に暴露されることで感染し、主に以下の3つがあります。

- ①空気中に浮遊するウイルスを含むエアロゾルを吸い込むこと（エアロゾル感染）
- ②ウイルスを含む飛沫が口、鼻、目などの露出した粘膜に付着すること（飛沫感染）
- ③ウイルスを含む飛沫を直接触ったか、ウイルスが付着したものの表面を触った手指で露出した粘膜を触ること（接触感染）

どの経路で感染するのかは、感染者から放出される粒子の量や環境条件によって決まり、感染者が呼吸をすると粒子が放出され、大きな声を出したり歌ったりすると、放出される粒子の量が増え、感染者との距離が近いほど（おおむね1～2メートル以内）感染する可能性は高く、距離が遠いほど感染する可能性は低くなるそうです。特に換気が悪い環境や密集した室内では、

第8波のおそれ（新型コロナウイルス）

感染者から放出された感染性ウイルスを含む粒子が空中に漂う時間が長く、また距離も長くなり、こうした環境に感染者が一定時間滞在することで、感染者との距離が遠いにもかかわらず、感染が発生した事例が国内外で報告されていると言っています。

年末に向け、外出する機会が増えると思います。空気が乾燥し、密閉されている場所にお出かけの際は、特に注意してください。

リスクの高い場所では、換気、マスクの着用を必ずお願いいたします。お帰りの際は、手洗い、うがいを習慣化してください。

これから、インフルエンザの季節を迎えます。新型コロナウイルスとの同時流行も心配されます。新たな変異ウイルスも確認され、専門家の予測では、来年1月上旬が感染者数増加のピークとも言われています。

特に、外出時の飲食では黙食とし、会話をする際はマスクを着用してください。

「あの時こうしておけば…」と後悔しないよう、日頃からご注意をお願いいたします。

新年を迎え、心機一転、新たな気持ちで、心もからだも健康に過ごしましょう

# Happy Festa

2023 1.14 [土]

参加費 無料

12月15日(木)午前9時から申込開始  
※担当係まで電話にて申込みください。

会場 美里町遺跡の森総合公園

からだ部門

今年こそ運動を始めよう！ まずは、正月太り解消！

親子運動教室

【キッズコンディネーション】  
時間 午前10時30分～11時30分  
受付 午前10時～  
場所 町民体育館  
対象 4歳～小学生とその保護者  
定員 親子20組（定員になり次第締切）  
講師 稲田美雪氏 笠原智美氏  
（パーソナルトレーナー）  
申込 教育委員会事務局 生涯学習係

300Pt 付与



姿勢改善教室

【セルフコンディショニング】  
時間 ①午前11時30分～正午 ②午後0時15分～0時45分  
受付 各回30分前から  
場所 コミュニティセンター大ホール  
定員 各回15名（定員になり次第締切）  
講師 宇都宮辰徳氏  
（健康運動指導士）  
申込 保健センター健康増進係

300Pt 付与



体組成計測会 + 個別相談会

時間 午前11時～午後3時  
場所 遺跡の森館

200Pt 付与

申込不要



こころ部門

クスッと笑える講演会

時間 午後1時30分～3時 受付 午後1時～  
場所 遺跡の森館  
夫婦円満コンサルタントだからこそわかる！  
実際に「あるある」と納得できる事例などを笑いと共に講演します。

テーマ「子育てと夫婦円満の秘訣！」

講師 中村はるみ氏

夫婦円満コンサルタント  
クオリティ・オブ・ライフ研究所 代表

500Pt 付与



申込不要

森のマルシェ

時間 午前11時～午後3時  
場所 こどもひろば(町民体育館前)  
出展 ピザ・総菜・焼菓子 など



遊び部門

スタンプラリー など  
時間 午前11時～午後3時  
受付 遺跡の森館  
※その他イベント実施予定

令和4年度 二十歳を祝う会を挙行政します

- 期 日：令和5年1月8日(日)
- 受付開始：午後0時50分
- 式 典：午後1時30分
- 会 場：遺跡の森館ホール
- 対象者：平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれのかた

わたし史上、最も輝く日のために!!

※対象のかたには、開催通知を送付します。町外に住所のあるかたで参加を希望される場合は、問い合わせ先までご連絡ください。

当日、参加する皆さんが最も輝けるように、そして、すてきな思い出に残る二十歳を祝う会になるよう、役員の皆さんは頑張っています。

問合せ = 教育委員会事務局 生涯学習係（コミュニティセンター内） ☎ 76-3431

お問い合わせ 教育委員会事務局 生涯学習係 ☎ 76-3431  
保健センター 健康増進係 ☎ 76-2855