

センターだより

令和3年7月20日発行

発行責任者 推進センター長

にしおか会館4-5-8-21

電話・f a x 8 5 4 - 0 5 3 7

皆さん！お元気でしょうか 「センターだより」第1号をお届けします。

夏、真っ盛りです。コロナ禍の中で、熱中症にはくれぐれもご注意ください。

オリンピックはテレビ観戦で応援しましょう。

☆ワクチンの接種はお済みですか？

札幌市の高齢者のワクチン接種は、ようやくかなり進んできたようです。早期に若い世代にも接種が広がることを願いたいと思います。

変異型ウイルスの問題もあり、まだまだ、警戒が必要な状況ですね。

感染防止の基本対策は、これからも、引き続きしっかりと行いましょう。

【コロナ感染防止の基本対策】

- ◎マスクの着用
- ◎よりていねいな手洗い
- ◎換気の励行
- ◎「3密」の回避行動

☆“散歩エリア”のおすすめ

本格的な夏を迎えました。熱中症に注意しつつも、「フレイル予防」の一環として、屋外の散歩も大切です。今回は、皆さんが利用できる格好の「散歩エリア」【森林総合研究所】を紹介します。

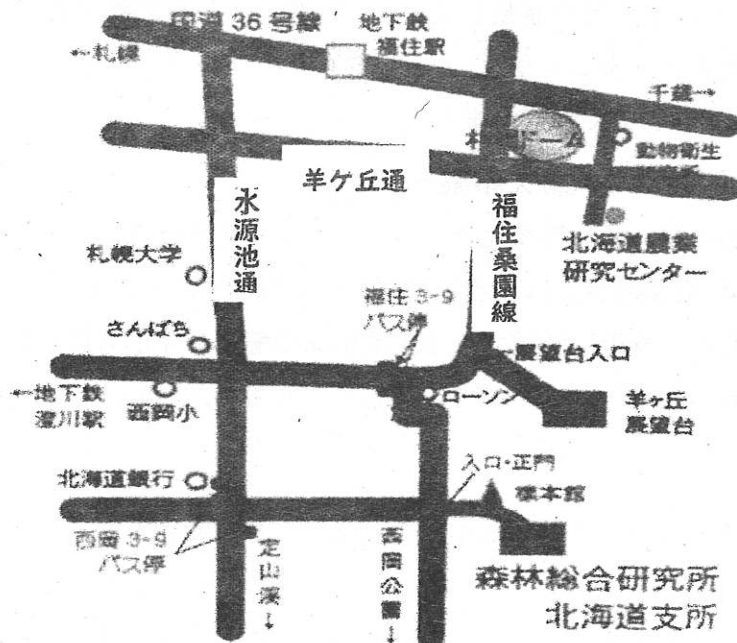
～夏の森を散歩～

ちょっとおすすめなエリアです。

沢山の木々の自然の中、様々な動植物

ひょっとすると、シカの群れやタヌキ、キツネがひょっこりとごあいさつに現れるかも。

森林総合研究所 北海道支所 豊平区羊ヶ丘7番地



標本館

◇標本館：開館時間 9時～16時（12時～13時を除く）

休館日 週休日（土、日）祝祭日

入館料 無料 北海道周辺の動植物の標本が展示されています。

◇樹木園 正面入り口左手から標本館周辺にかけて、樹木園が整備されています。

森林総合研究所の入口までは、福住3-9 バス停から歩いて12分程度

水源池通西岡3-9 バス停から歩いて13分程度

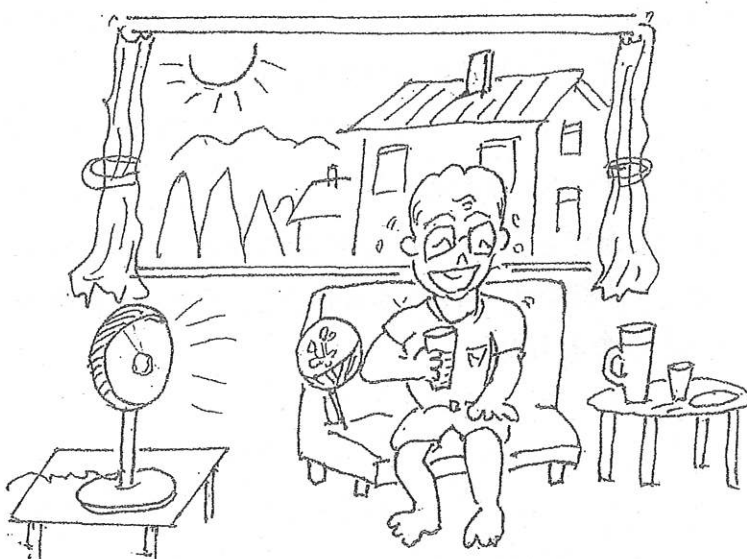
◇羊ヶ丘実験林 東側は北海道農業試験場及び羊ヶ丘展望台、西側は西岡水源地公園と接しており、札幌市南西部のグリーンベルトの一つとなっています。

夏は緑が溢れ、春は桜、秋は紅葉と季節が満喫できます。是非、お出かけください。

☆熱中症に注意しましょう！

このところの暑さには、要警戒です。熱中症に十分注意しましょう！

- こまめに水分を摂取する
- 外出の際は、直射日光を避け、
日傘や帽子を被りましょう
- 服装は通気性の良いもの、吸湿、速乾のものなどを着用しましょう
- 室内は28℃を超えないように、窓やドアなど2カ所を開け、換気を行い、エアコンや扇風機を併用しましょう
- 寝る前に水分補給を行いましょう
- また、屋外では、人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合にはマスクを外しましょう



○マスクを着用しているときは、負荷のかかる作業や運動を避けて、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクを外して休憩をとりましょう

○体調が悪いと感じたときは、無理をせず、自宅で静養しましょう

☆今年も考えています！～『ふれ愛交流会』の代替え事業～

変異型ウイルスの動向が気懸りですね ワクチン接種は進んでいますが、集団免疫までには、まだまだ、時間がかかりそうです。『ふれ愛交流会』は、今年度も中止することにいたしました。

それに替わり、昨年の対応を参考にして、身近に活用できる生活用品の配布を今年も検討しています。決定次第、推進員を通じてお知らせいたしますので、楽しみにしてください。

【編集後記】

コロナ疲れが話題になりますが、私たちはへこたれません。まだまだ、辛抱できますね！
熱中症にも気を付けて、この夏を乗り切りましょう。

広報担当 山田 耕三 小路 加寸男 三浦 聡美