

弓削校区 「GO TO 健康」



わが健康は、まず、わが気持ち かる..

身近な活動に 努めましょうか

☆ 三密に 気を付けて ☆



(散歩・ジョギング・隣人声掛・見守り・家前や道路掃除・ラジオ体操・百歳体操・お買い物 などなど)

一日 一動(ひと うごき)



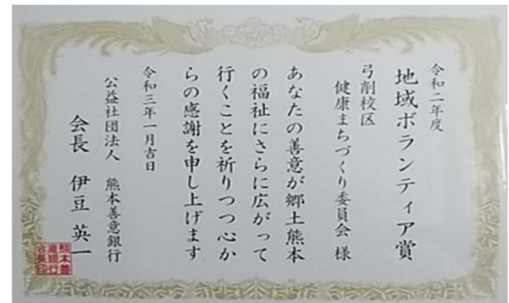
*「弓削 散歩コース

ご案内」を作ってみました!

散歩コース選びの 参考にしてください。

詳しくは、裏面を
見てください。

*「見守り隊活動」等の取組が認められました。



* 熊本善意銀行から受賞

地域ボランティア賞

熱

が出た、「コロナ」が気になるが..

行きつけ病院が ある

まずは行きつけ病院に、電話相談をしよう

行きつけ病院 なし

発熱患者専用ダイヤル

☎ 0570-096-567

外国人の方は、

外国語対応専用ダイヤル

☎ 092-687-7962

* どうにもならない、緊急の場合は、119・110

令和3年3月1日 2号 発行 ~ 体スッキリ 心ゆたかに すすんで みんなで ~

弓削校区 健康まちづくり委員会

(文責) 委員長 白石幸春