

回覧																			
----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



しみず 12月号

熊本市配布文書 第18号
令和2年 12月1日発行 第227号

清水公民館
〒861-8066 熊本市北区清水亀井町14-7
TEL:343-9163

新型コロナウイルス感染症の新規罹患者数によってリスクレベルが変動し、公民館の利用中止になる場合がございます。

ご予約の際は、急な中止も想定し、公民館から連絡を受ける代表者の方の確認、参加者への中止の連絡方法、延期になった際の日程などの対策も事前に考えられておいてください。

開館情報は、清水公民館ホームページ、館内掲示物をご確認いただくか、電話等でお問い合わせください。（紙面の情報は、最新の情報ではありません。ご了承ください。）

主催講座案内

※今後、状況によって変更・中止の可能性もございます。

講座名	開催日時	対象	定員	費用	締切
スマホで テレビ電話 (Android専用)	2月 3日、10日、17日 水曜日 全3回 午後1時半～3時半	スマートフォン (Android専用)	12人	600円	1/20
在宅・テレワーク・帰省等、スマートフォンで お互い顔を見ながらお話ししてみませんか？					
イスに座って できるストレッチ！ 健康寿命の延伸を支える	2月27日 土曜日 午前10時半～11時半	どなたでも	20人	無料	2/13
イスに座っているからこそ、短い時間に 簡単にできます。心身の癒しにどうぞ！					

主催講座申込方法

- 往復はがきの場合
講座名・住所・氏名(フリガナ)・年代(学年)・性別・電話番号・校区をご記入の上、申し込みください。
締切日必着をお願いいたします。
- インターネットからの場合
「清水公民館(主催講座)」で検索してください。
- 公民館窓口にご来られる場合は、郵便はがき(63円)を持参ください。
- 応募者1人(1組)につき、はがき1枚で申し込みください。
- 定員を超えた場合、締切日の後日に抽選をいたします。

12月の公民館・図書室・児童館休日(開館している場合)

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	○ 4	5
6	● 7	8	9	10	○ 11	12
13	● 14	15	16	★ 17	○ 18	19
20	● 21	22	23	24	25	26
○ 27	● 28	● 29	● 30	● 31		

※変更の可能性があります。○おはなし会

●休館日(図書室・児童館含む) ★図書整理で図書室のみ休み



新着図書紹介

一般書	小説	デルタの羊	塩田 武士
		絵ことば又兵衛	谷津 矢車
		もっこすの城 熊本築城始末	伊東 潤
		自転しながら公転する	山本 文緒
		やがて訪れる春のために	はらだ みずき
	その他	子どもを伸ばす母親力の磨き方	阿部 順子
		1分間寝ながら小顔	山本 知子
「不調」の9割はこれでよくなる！		今野 清志	
児童書	絵本	ひめちゃんのマスク	のぶみ
		けんちゃんのもみの木	いせ ひでこ
		まんぷくよこちょう	なかざわ くみこ
		どすこーい	山岡 ひかる
		あおびょうたん	あおき ひろえ
	その他	こころキャラ図鑑 「感情」と友だちになろう！	池谷 裕二
		ブラックホールの飼い方	ミシェル・クエヴァス
		おじいちゃんとの最後の旅	ウルフ・スタルク



●12月の図書室のお休み●
 7(月)、14(月)、21(月)、28(月)
 17(木)・・・図書整理日のため
 29(火)～31(木)・・・年末のため



年末年始の休室のお知らせ

12月28日(月)～1月4日(月)

12月29日～1月3日は

返却ポストのご利用もできません

2020年 ありがとうございます。
 2021年は1月5日(火)から開室いたします。
 2021年もご利用お待ちしております。

〈おはなし会〉のご案内 ※新型コロナウイルス感染症感染防止のため、変更の可能性があります。詳しくは公民館までお問い合わせください。

★小さい子のおはなし会

12月 4日(金) 午前10:30～11:30 0歳児と保護者
 12月18日(金) 午前10:30～11:30 1～2歳児と保護者

★おはなしのへや

12月11日(金) 午後3:45～4:15 3歳～6歳児と保護者
 12月27日(日) 午後3:00～3:25 3歳～6歳児と保護者
 午後3:30～4:00 7歳以上

(地域版) 12月のしみず児童館だより

清水児童館：午前9時30分～午後3時30分(当面の間)

(子育てほっとステーション)

休館日：7日、14日、21日、28日、

〒861-8066

熊本市北区清水亀井町14-7

清水まちづくりセンター内

電話：096-343-9163

朝夕は、グッと冷え込むようになりました。これからは「新型コロナウイルス感染症防止対策」と「インフルエンザ予防対策」の両方が必要になってきます。

これからも「新しい生活様式」を続け、冬を乗り切っていきましょう！

児童館は休館日以外(下記カレンダー参照)は開館しています

(最新の情報は熊本市HPでご確認ください。)



12月の活動予定(11月 1日現在) ♥：どなたでも参加 ◆：予約が必要

日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	
		♥自由遊び	◆親子で音楽リトミック				
6	7	8	9	10	11	12	
♥自由遊び	休館日	♥自由遊び					
13	14	15	16	17	18	19	
♥自由遊び	休館日	♥自由遊び					
20	21	22	23	24	25	26	
♥自由遊び	休館日	♥自由遊び					
27	28	29	30	31			
♥自由遊び	休館日	12月29日(火)～1月4日(月)は年末・年始の休館日です。 年明けは、1月5日(火)より開館いたします。					

児童館からのお願い(11月 1日現在)

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ご協力をお願いいたします。

※開館時間は：午前：9時30分～正午
午後：1時30分～3時30分
(朝、昼、夕の3回消毒を行います)

- ①必ず熱を測って来てください。
- ②マスクを着用してください。
- ③健康チェックシートの記入をお願いいたします。
- ④遊びの部屋はプレイルームのみです。
- ⑤おもちゃは制限をしています。
- ⑥同時に利用できるのは最大8組、もしくは16人まで。
- ⑦利用時間は、1回、1時間
- ⑧大きな声を出したり、走ったり、呼吸があらくなる行動は、感染リスクが高くなり、他の方への迷惑にもなります。出来るだけ座って遊んでください。
- ⑨こまめな手洗いと、手指の消毒をお願いいたします。

※「リスクレベル」の変化により、内容を変更する場合があります。最新の情報は熊本市HPにて確認をお願いいたします。

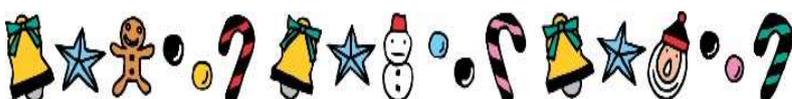
★12月の活動★

※親子で音楽リトミック

- ・日 時：12月 3日(木) 10時～12時
*途中、休憩(水分補給)を随時入れます。
- ・定 員：1歳以上の幼児とその保護者・15組
(先着順)
- ・講 師：WAWAIランド 渡辺恵美先生他1名
- ・参加費：無料
- ・場 所：公民館2階ホール
- ・持ってくる物：きれいに洗った靴、レジャーシート、水分補給用の飲み物(水またはお茶)
- ・受付期間：11月13日(金)～27日(金)
(注意)
- 児童館窓口にて、開館時間のみ受付けます。休館日や、電話での申し込みはできません。
- 新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、中止になることもあります。



～朝の活動「きらきらタイム」について～
以前、木曜日、金曜日の11時から開催していた「きらきらタイム」を、感染拡大防止策をしながら、不定期に少しずつ再開したいと思います。詳しい期日等は児童館内に掲示していますので、来館されてご確認ください。





まちづくりいっしょん



まちづくり班 令和2年12月1日 / 第40号

冬の水分補給も大切です！

職場でも家庭でも慌ただしい師走。元気に過ごしていらっしゃいますか？

夏場は熱中症対策などでせつせと水分を補給していたのに、涼しくなってから、あの熱心さは忘れていませんか？人間の体の約60%は水分です。毎日2～2.5リットルの水分を摂取しているものの、同じぐらいの量の水分を排出しているそうです。

これは、季節が変わってもあまり変化ありません。熱中症の危険は去りましたが、水分補給の重要性は夏場と変わっていないのです。

風邪対策の王道である「うがい」「手洗い」に加えて「水分補給」も大事な予防策のひとつです。風邪やインフルエンザの原因となるウイルスは乾燥した状態で活発に活動します。水分補給は喉や鼻の粘膜をうるおしてウイルスの侵入を防ぐと同時に侵入したウイルスを痰や鼻水によって体外に排出する作用を助けます。



新型コロナウイルス感染症対策に係るリスクレベルについて

熊本県と熊本市、別々に出していたリスクレベルを、10月26日から「新型コロナウイルス感染症対策専門家会議」の意見を踏まえ、熊本県のリスクレベルに統一して出しています。

詳しくは、県または市のホームページでご確認ください。

リスクレベル	県の判断基準	対策の考え方・方向性	想定状況
レベル5 厳戒警報	県内で ①新規感染者150名以上 かつ ②病床使用率25%以上 等	<ul style="list-style-type: none"> 重症者、ハイリスク者の救命を最優先とした入院調整。 大規模クラスターや感染拡大の確実な封じ込めのための体制整備、検査実施等 メリハリを利かせた接触機会の軽減のため、強い制限を要請。 	複数の大規模クラスターの発生
レベル4 特別警報	県内で ①新規感染者50名以上 かつ ②リンク無し感染者25名以上	<ul style="list-style-type: none"> 地域でのクラスター発生及びクラスター連鎖の予防のため、保健所への人的支援及び幅広い検査、原因施設への指導等を行う。 メリハリを利かせ、これまでクラスターが発生した施設等から順に感染拡大防止対策の強化を要請。 	感染の更なる拡大と、クラスターの散発／連鎖
レベル3 警報	県内で ①新規感染者30名以上 又は ②リンク無し感染者15名以上	<ul style="list-style-type: none"> 地域でのクラスター発生を予防するため、感染増加の原因に着目し、優先順位を付け、特にハイリスクなところから感染防止対策の強化を図る。 	感染の拡大と、小規模クラスターの発生
レベル2 警戒	県内で ①新規感染者が発生、かつ ②レベル3に該当しない場合	<ul style="list-style-type: none"> 新しい生活様式や、基本的な感染症防止対策の徹底を啓発 	
レベル1 注意	①国内で新規感染者が発生、かつ ②県内では新規感染者が未発生		
レベル0 平常	国内で新規感染者が確認されていない	<ul style="list-style-type: none"> 日常的な対策を啓発 	

地域の行事など広くお知らせしたい情報がありましたら、下記の地域担当へご連絡ください。

清水まちづくりセンター 地域担当：濱寄・松尾

TEL：096-343-9162 FAX：096-346-7095