



# メープルつうしん

特定非営利活動法人ひだまり

理事長 平井 紳一

メープルリーフ担当 高柳

所在地：〒263-0005 稲毛区長沼町32番地

Tel：043-258-8604 Fax：043-310-5061

E-mail：[mapleleaf@almond.ocn.ne.jp](mailto:mapleleaf@almond.ocn.ne.jp)（添付文書OK）

\*NPO ひだまりホームページ <https://www.hidamari.or.jp>

## ☆ 最高気温の安定しない日が続いていますね。

11月だというのに、最高気温が20℃近い小春日和の日々が多かったのですが、反面寒い日は非常に寒く、毎日最高気温と最低気温を確認しながら服に頭を悩ませていた方も多いのではないのでしょうか？

12月になると、一気に冷え込むようになり、東京でも最高気温10度前後の日が来る予報が出ています。

電気代や灯油台の値上がり等困った話題には事欠きませんが、体調を崩されないように暖かくお過ごしください。

千葉市内の様々な場所で、新型コロナウイルス感染症の広がりが聞かれます。

一度身近な方が感染されてしまうと、よほど隔離がうまくいかない限り、ご家族全員がかかってしまうケースが多いようです。

日頃より、体調確認を行っていただき、不安を感じた際には、家庭内でもマスクの着用、換気、使った食器は出来る限り使った人が洗うなどの対策を行ってみてください。

## ☆ 1月の予定・予約表の締め切りに関して

### 1月予約表締め切り

**12月15日（火）17:00**

※ 締め切りまでに予約が間に合わない場合には、必ずご一報ください。連絡なく数日遅れた場合、支援をお断りする場合があります。

※ 予約締め切りは毎月15日です。予約表がお手元に届かないなどのご連絡をいただくことがあります。FAXのほか、メールや電話でも希望を受けていますので、まずはご連絡をお願いします。

☆ **1月の予約返事について。**

**12月27日（火）に行います。**

もっと早く知りたいなどのご希望がある場合には、別途ご相談ください。

また、お返事が遅いのは年末に向けて普段より多くなる支援に注力するため、予約締め切りよりも遅れての予約に対応できるわけではありません。ご了承ください。

☆ **年末年始のクローズについて。**

**年末年始のお休みについて**

**12月29日（木）～1月3日（火）**

上記の期間は、原則お休みとさせていただきます。この期間については、一時的にメール携帯でもご連絡いただけないことがあります。ご了承ください。

☆ **新型コロナウイルス感染症、インフルエンザの同時流行に備えて。**

先月のおたよりの発行直後に、国から「この冬は、ワクチン接種・新型コロナ抗原定性検査キット・解熱鎮痛薬の準備を」というお知らせが出ました。

この内容について、先月のおたよりとは一部説明が変わっているところがあるため、変わっていないところもまとめてお知らせします。

• **感染拡大の前に接種をご検討ください。**

新型コロナワクチンの接種

インフルエンザワクチンの接種

いずれも、接種を行ってから2週間以降に効果が期待できるものです。早めの接種をご検討ください。

• **新型コロナ抗原定性検査キット、解熱鎮痛薬等を早めに購入しておきましょう。**

中学生以上65歳未満で、基礎疾患のない方が、軽い咳、38℃以下の発熱でそれほど苦しくない場合には、発熱外来にかからずに自分で検査して療養を選択できるようになっています。

小学生以下65歳以上、基礎疾患のある方については、事前にお近くの発熱外来や、地域の相談窓口について、再度ご確認をお願いします。

抗原定性検査キットをご自宅で用意される場合には、必ず「体外診断用医薬品」「第一類医薬品」を使用してください。