

板城地域センターだより



板城地域センター自主講座の参加者を募集しています。

曜	講座名	実施週	時間	代表者	備考
月	雅の会(ペン習字)	第2・4	09:30~12:30	平川 まゆみ	
	3B体操	第2・4	10:00~11:30	安川 房江	
火	版悠会(版画教室)	第2	09:00~12:00	坂本 良子	
	いきいき百歳体操	毎週	10:00~11:00	村岡 康雄	
	板城ホットサロン	毎週	11:00~12:00	渡辺 邦男	
	太極拳	毎週	13:30~15:30	水田 好美	
水	彫刻サークル	第1・3	09:00~12:00	光重 政子	
	フラダンス教室	第2・4	13:30~15:30	今岡 美緒	
木	和雅楽ステンシル	第4	10:00~12:00	平川 まゆみ	
	生け花教室	第3	13:30~16:00	今岡 恵	
	子供書道教室	第1・2・4	15:00~17:30	小田 人美	
金	ヨガ健康体操	毎週	10:00~12:00	今岡 慶子	
	板城書道教室	第1	15:00~17:00	西川 正江	
	板城パソコンクラブ	第2・4	14:00~16:00	樋高 友子	
土	太極拳	毎週	10:00~12:00	水田 好美	
	パッチワーク	第1	09:00~12:00	杉井 恭子	
	やさしい絵手紙	第2	13:30~15:00	森沢 千代子	

センター長のひとこと

2月は、実際には一年の中で寒さが最も厳しく、雪も多い季節です。そして、暦の上では3月に節分、4月頃には、「立春」を迎え、春が始まります。ところが、今年は若干例年よりは寒波が強いのか、時季がずれて正月前後に例年の1、2月頃の寒さがやってきた感じでした。

今回は新型コロナウイルスの変異、オミクロン株の後遺症について書きます。結果から言うと、オミクロン株については1週間前後で治癒して日常生活に復帰できますが、その後3〜4カ月して後遺症が現れ、数カ月から時には1年を超えて持続するようです。後遺症には3パターンあって、1 嗅覚・味覚障害型、2 咳・動悸型、3 倦怠感・思考力低下型の3つに分類されています。

1と2については、通常のコロナ病状と同じもので分かりやすいのですが、3については、老人の場合通常の認知症と勘違いされたり本人の責任に転嫁されたりしてトラブルのもとになりやすいので、周囲の理解が必要になってきます。また、コロナから回復しても後遺症が激しく、社会生活を送る事が困難となりほとんどがリタイヤしてしまうという事です。

では、後遺症と分かった時に患者や家族はどう対応すればよいか。1 かかりつけ医に相談する。2、県感染症・疾病管理センターに連絡し、新型コロナ対応の医療機関の紹介をうけて、受診を申し込む。3、県の保健所・支所に連絡して対応を求める。以上です。

オミクロン株の病状自体は軽度だから大丈夫だとの風潮がありますが、むしろ後遺症という大きな落とし穴があるという警鐘を鳴らしたくて紹介した次第です。

お知らせ

2月の「としよまる」(移動図書館)はありません。

2月行事予定

日	曜	時 間	内 容	日	曜	時 間	内 容
1	水	09:00~12:00	彫刻サークル	15	水	09:00~12:00	彫刻サークル
2	木	15:00~17:30	子ども書道教室	16	木	13:30~16:00	生花教室
3	金	10:00~12:00	ヨガ健康体操教室	16	木	15:00~17:30	子ども書道教室
4	土	09:00~12:00	パッチワークで小物作り	17	金	10:00~12:00	ヨガ健康体操教室
4	土	10:00~12:00	TAI CHI 同好会(太極拳)	18	土	10:00~12:00	TAI CHI 同好会(太極拳)
4	土	09:00~11:00	板城地区民児委協議会	21	火	10:00~11:00	いきいき百歳体操
7	火	10:00~11:00	いきいき百歳体操	21	火	11:00~12:00	板城ホットサロン
7	火	11:00~12:00	板城ホットサロン	21	火	13:30~15:30	TAI CHI 同好会(太極拳)
7	火	13:30~15:30	TAI CHI 同好会(太極拳)	22	水	13:30~15:30	フラダンス教室
8	水	13:30~15:30	フラダンス教室	24	金	10:00~12:00	ヨガ健康体操教室
9	木	15:00~17:30	子ども書道教室	24	金	14:00~16:00	板城パソコンクラブ
10	金	10:00~12:00	ヨガ健康体操教室	25	土	10:00~12:00	TAI CHI 同好会(太極拳)
10	金	14:00~16:00	板城パソコンクラブ	25	土	13:30~15:00	やさしい絵手紙教室
13	月	09:30~12:30	雅の会(ペン習字教室)	27	月	09:30~12:30	雅の会(ペン習字教室)
13	月	10:00~11:30	3 B 体 操 教 室	27	月	10:00~11:30	3 B 体 操 教 室
14	火	0900~12:00	版画教室	28	火	10:00~11:00	いきいき百歳体操
14	火	10:00~11:00	いきいき百歳体操	28	火	11:00~12:00	板城ホットサロン
14	火	11:00~12:00	板城ホットサロン	28	火	13:30~15:30	TAI CHI 同好会(太極拳)
14	火	13:30~15:30	TAI CHI 同好会(太極拳)				

保育所・小学校・中学校・地域の行事

2月 3日(金) 板城保育所 豆まき

2月 3日(金) 向陽中 新入生説明会

2月24日(金) 板城小 授業参観日

板城地域センターの傘立てや落し物箱を時々ぞいてみて下さい。3月末までに引き取り手のない物については処分させていただきます。

TAI CHI 同好会 (太極拳) の様子 5年1月10日

