

ご存じですか？『^{しょっかい}食改さん』

ピンク色のTシャツとエプロンを身につけた沼田町食生活改善協議会（食改）をご存じですか？食改は「私達の健康は私達の手で」を合言葉に、地域における健康づくりを行っている団体です。会員は13名で、子どもから高齢者まで幅広い年代の方を対象に食育活動を展開しています。

食に興味関心のある方、料理のレパートリーを増やしたい方、一緒に活動しませんか？ 気になる方は下記お問合せ先へご連絡ください。

(年会費 1,000 円)



高齢者お食事会

沼田町在住の70歳以上の単身世帯の方をお招きし、食事会を行っています。

食事の他に音楽やゲームなどの余興もあり、楽しいひと時を過ごしていただきます。



親子食育教室

沼田町在住の幼児及び小学生とその保護者を対象に食育教室を行っています。

調理や絵本の読み聞かせなどを通し、食への興味関心へつなげています。



男性の料理教室

沼田町在住及び沼田町に勤務している男性を対象に料理教室を行っています。

料理の基本から学ぶことで、調理技術を高めることができます。



中学生食育教室

沼田中学校3年生を対象に調理実習及び食育講話を行っています。

授業の一環として実施し、将来自立した生活ができるよう支援しています。

※本年は新型コロナウイルス感染拡大防止により実施できない事業もあります。

新型コロナウイルス感染症予防に努めましょう

北海道内では10月末から新型コロナウイルス新規感染者が増加しています。このことから道は警戒ステージを1から2に引き上げ、さらに11月7日には警戒ステージ3へ引き上げ、感染防止の徹底を呼びかけています。今一度、感染リスクを高めやすい場面に注意し、感染予防に努めましょう。

■感染リスクが高まる5つの場面

1. 飲酒を伴う懇親会等
2. 仕事後や休憩時間
3. 集団生活
4. 激しい呼吸を伴う運動
5. 屋外での活動の前後

■感染リスクを回避する行動

◆マスクの着用 ◆手洗い・消毒
◆人との距離をとる ◆換気をよくする

■北海道コロナ通知システムを活用しましょう

北海道コロナ通知システムとは、不特定多数の方が利用する施設やイベントに参加の際、利用者がQRコード（右図）を読み取り、Eメールアドレスを登録することで同日・同施設で新型コロナウイルス感染者が確認された場合、北海道からEメールでお知らせするシステムです。



■新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」をダウンロード

新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」とは、新型コロナウイルス感染者と自分が知らない間に接触していたことがわかるアプリです。感染者と接触していた場合、アプリに通知がくる仕組みになっているため感染拡大防止に役立てることができます。

お持ちのスマートフォンから無料でダウンロードできますので感染拡大防止に努めましょう。

■新型コロナウイルス感染症相談窓口

下記相談窓口では一般相談・専門外来の受診相談を行っております。

体調に異変を感じたら、すみやかにご相談ください。

※保健福祉課では、専門外来の受診相談は行っていません。

北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター	☎0800-222-0018 (通話料無料)	24時間 365日
北海道深川保健所	☎(0164)22-1421	24時間体制
沼田町役場保健福祉課	☎(0164)35-2120	8:45~17:15 (土日祝・年末年始を除く)

※令和2年11月8日時点の情報です