

早春の候、皆さまお変わりはございませんか？

「わ」 令和6年度会員登録はお済みでしょうか？引き続きの登録をお願いします。



1. R5年度西区会第2回グラウンドゴルフ大会報告

2月28日(水)13:00から、しあわせの村スズランゴルフ場クロ-バ-コースにてグラウンドゴルフ大会を開催しました。お天気に恵まれ、ベテランと初心者合わせて10名での優勝争いとなりました。優勝は松井英男さん(45打)、準優勝は東本敦子さん(47打)でした。おめでとうございます。



良い天気でニコリ



狙いを定めて！



次回も参加するぞ！

2. 西区会耐寒ハイキングのご案内

既にご案内の通り、耐寒ハイキングを開催しますので、お誘い合わせの上参加下さい。

開催日時；R6年3月16日(土) 学園都市駅改札口前 10:00集合

コース；学園都市駅⇒八幡神社⇒伊川谷公園
⇒いぶきの森(昼食)⇒西神南駅 (約7Km)

昼食のお弁当、水筒、防寒具、雨具など持参下さい。

申込期限；3月13日(水) 吉田さんor山中さんまで



3. 西区会お花見のご案内

お待たせしました。今年も「お花見」やります。神戸のさくらは、開花3/25頃、満開4/3頃の予想です。

開催日時；3月27日(水) 11:00～ 雨天中止です

場所；西神中央公園 埋蔵文化財センター付近

会費；¥200 飲物とつまみは西区会で準備しますが、食事は持参下さい。

申込期限；3月22日(金) 吉田さん TEL.080-9126-9339



Mail; yoshiken55@bc.wakwak.com

4. インフルエンザに注意しましょう

(神戸市HPから抜粋)

インフルエンザは、38度以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛など全身の症状が突然現れます。併せて普通の風邪と同じようにのどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます。特に注意が必要な方は高齢者、未就学のこども、妊娠中の方、基礎疾患のある方です。

【インフルエンザの予防方法】

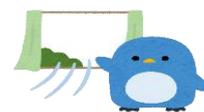
- ①マスクの着用；主な感染経路は飛沫感染です。マスクを適切に着用しましょう。
- ②手洗い；流水と石けんによる手洗い、アルコール製剤による手指衛生は、有効な方法です。
- ③定期的な換気；1時間に2回以上(30分に1回以上数分間)窓を開放して換気をしましょう。
- ④適度な湿度の保持；乾燥しやすい室内では加湿器等を使って、湿度(50~60%)を保ちましょう。



手を洗おう



マスクをしよう



換気をしよう