



しきもりVoice

ボイス

3月号



★しきもりNEWS

① 新型コロナウイルス感染拡大防止のため「ちびっこ広場」のご利用を3月19日まで一時休止させていただきます。

ご利用の皆様には、ご不便をおかけいたしますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

休止期間につきましては、状況により変更となる場合がありますので、ご了承ください。



② ザイルクライムロープ 4月1日よりリニューアルオープン予定！

長い間、お待たせいたしました！

ザイルクライムロープの工事が完了し、4月1日（水）より、ピカピカに新しくなってリニューアルオープンします！

ふわふわドームも冬季閉鎖中に工事を終え、より安全にご利用いただけるようになりますので、たくさん遊びに来てくださいね！お楽しみに〜〜〜！（^v^）/



★ちびっこ広場「縮小開放日」のお知らせ

	4月	5月	6月
縮小開放日	15日(水)	15日(金)	15日(月)

上記の日は、メンテナンスによる規模縮小開放日です。

ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

※上記は予定です。

★公園をご利用の皆様へお願い

新型コロナウイルス感染拡大の防止のため、公園をご利用の皆様には次のことをご理解・ご協力いただきますようお願いいたします。

- 手洗い、咳エチケット、マスクの着用などを徹底してください。
- 風邪のような症状（咳や熱など）がある方は、ご利用を控えてください。
- 換気が悪く、人が密に集まって過ごすような空間に集団で集まることは避けてください。

! 感染症対策

へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い 正しい手の洗い方

- 流水でよく手をぬがした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 手の甲をのぞくようにこすります。
- 指先、爪の間を念入りにこすります。
- 指の間を洗い流します。
- 親指と手のひらをねじり洗います。
- 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取ってください。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

咳やくしゃみをするときは、必ずマスクを着用してください。

咳やくしゃみをする時は、肘の内側や袖口、ティッシュペーパーなどで口元を覆ってください。

マスクを正しく着用してください。

ティッシュペーパーで口元を覆ってください。

手で口元を覆うことは避けてください。

正しいマスクの着用

- 鼻と口の両方を確実に覆う
- ゴムひもを耳にかける
- 隙間がないよう鼻まで覆う

新型コロナウイルス Q&A

※令和2年2月22日現在

心配な際には

Q1 風邪のような症状が心配です。どうしたらいいですか？

A 発熱などの風邪の症状があるときは、学校や会社を休むなど、外出を控えてください。毎日体温を測定して記録しましょう。

Q3 最寄りの保健所等（保健所・接点者相談センター）に相談するとどうなりますか？

A 電話での相談を踏まえて、感染の疑いがある場合には、必要に応じて、新型コロナウイルス感染症患者の診察ができる「保健所・接点者外来」を確実に受診できるように調整します。

Q2 感染したかも？と思ったらどうしたらいいですか？

A 以下の場合には、最寄りの保健所等にある「保健所・接点者相談センター」に電話で相談しましょう。

- ① 風邪の症状や37.5度以上の熱が4日以上続く
- ② 強いだるまじさ、息苦しさがある

・重症化しやすい高齢者や基礎疾患がある方に加えて、念のため症状は、こうした状態が2日間継続した場合は相談しましょう。

・症状がこの基準に満たない場合には、かかりつけ医や近隣の医療機関にご相談ください。

手洗いについて

Q4 新型コロナウイルスにはどうやって感染しますか？

A 現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

- ① 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」
- ② ウイルスに付いた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

Q5 感染予防のためにできることはありますか？

A 以下のことを心がけましょう。

- ① 石鹸やアルコール消毒液などによる手洗い
- ② 正しいマスクの着用を含む咳エチケット
- ③ 高齢者や妊婦の方は公共交通機関や人込みを避ける

医療機関を受診するとき

Q6 医療機関を受診するときに気を付けることはありますか？

A 複数の医療機関を受診せず、「保健所・接点者相談センター」から紹介された医療機関（保健所・接点者外来など）を受診してください。受診するときは、マスクを着用し、手洗いや咳エチケットを徹底してください。

新型コロナウイルスについて

Q7 感染しても症状が出ない人がいますが、その人からも感染しますか？

A 現状では、はっきりとしたことはわかっていません。通常、肺炎などを起こすウイルス感染症の場合、症状が最も強く現れる時期に、他人へウイルスをうつす可能性も最も高くなると言われてます。



新型コロナウイルス関連の情報はこちら！

より詳しく知りたい方はこちら

厚労省 コロナ FAQ



★イベント情報（3～6月）

今年も盛り沢山のイベント・体験会などを開催します♪ ぜひ、ご参加ください。

※新型コロナウイルス感染拡大などの状況により開催日や内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。

■ イベント

開催日	名称	内容等
5月中旬	ヒースを楽しむかい	日本最大級の四季の杜公園ヒースガーデンのヒースを、挿し木体験や記念植樹体験で親しんでいただくイベントです。
6月21日（日）	四季の杜ボタニカルフェア （旧 はこボタ）	寄せ植え体験・ワークショップ・花苗販売・タネだんご作りなど、植物に親しむイベントです。

■ 体験会・観察会など（事前予約が必要です）

開催日時	名称	内容・対象等	定員	予約受付期間
4月12日（日） 10:00～12:00	春の公園散策 ～小さな春を見つけよう～	園内を散策しながら春の野草や樹木、野鳥などを観察します。 （対象：一般18歳以上）	20名	3/12～4/11
5月31日（日） 10:00～12:00	田植え体験会	素足で田んぼに入り田植えを行う （対象：小学生以上）	50名	4/30～5/30

※新型コロナウイルス感染拡大などの状況により開催日や内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。

※詳しくは、チラシまたは道南四季の杜公園管理事務所へお問い合わせください。

また予約受付は、電話または直接窓口まで ⇒ 道南四季の杜公園管理事務所 Tel 0138-34-3888

■ 『わくわくグーチョキパーク』（事前予約不要）

丘の家 ちびっこ広場&周辺にて、毎月第4土曜日（予定）に開催します♪

開催日時	4月25日（土）は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となります。	5月23日（土）	6月27日（土）
内容等	絵本の読み聞かせ、手遊び、工作体験など		



※新型コロナウイルス感染拡大などの状況により開催日や内容が変更になる場合がありますのでご了承ください。

★NICE SPOT 【里の森ゾーン】

【鳥いろいろ】

木の葉がない冬は、さまざまな鳥が見られます。特に午前中は活動的に飛んでいます。

【ネコヤナギいろいろ】

モフモフでかわいらしい♡

