

# 奴力目標

- ・会員意識を高い連帯感を深めよう。
- ・学習し行動する婦人になろう。
- ・私達の手で明るい高島にしよう。

編集

高島新報  
出村  
雄町  
中山井浦  
国府市場  
菅田

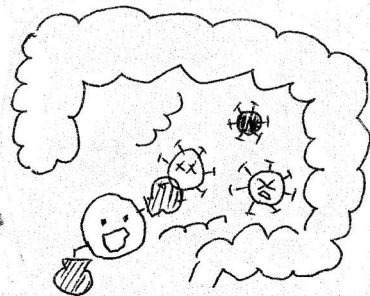
## 〈コロナ禍の中 私たちの身を守る 免疫力のしくみを知ろう〉

免疫力は 体内で 外敵(ウイルスや細菌)から身を守ります。  
体内には 二段構えの免疫力が 備わっています。

- ① 粘膜 (鼻や口、喉、消化管などにあり、外敵の侵入を阻止)
  - ② 免疫細胞 (粘膜で阻止できない外敵に攻撃し抵抗する)
- これらの免疫力が体内でしっかり働くためには、

- ① 口の中をキレイにする。
- ② 三度の食事でしっかり栄養をとる。
- ③ 運動や睡眠で生活の基本を整える。

ことが大切です。



紙として回収できるもの

- ・ビニールつきの紙
- ・ティッシュ、ペーパー
- ・タオル、ペーパー
- ・紙トレ
- ・カーボン紙
- ・200mlの紙パック
- ・印画紙の写真
- ・紙コップ
- ・カップ麺などの紙容器
- ・油やソース等で汚れた紙
- ・アルミ箔をはいてある紙

- ・圧着ハガキ
- ・親展ハガキ
- ・試供品つきの紙
- ・シール
- ・臭いのついた紙 (洗剤箱等)

可燃ゴミに出しましょう

古紙に混ぜると  
トナリルや  
不良品の原因に  
なります。



日赤社費の募金と新入会の募集にご協力お願いします

