



おにぎり通信

2023年6月17日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷、銀座、日比谷、秋葉原、日本橋、東京駅周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

私たち「四ツ谷おにぎり仲間」の他にも、炊き出しや配食を行っているグループがあります。幾つか案内しますので参考になさってください。*5月末現在の情報です。変更などをご存知の方は、お教え願います。

● TENOHASI てのはし

第2・第4土曜日

*鍼灸・マッサージ

15:00 - 16:00

*生活福祉・医療相談

17:00 - 18:30

*配食

18:00 から

◇衣料配布

第1土曜日：午前

東池袋中央公園

+

連絡先：3874-1269

◆ あじいる

*配食・医療相談など

毎月 第3日曜日

13:45 - 16:30

*弁当配布：15:00

隅田公園山谷堀広場

(雨天は桜橋高速下)

▲ 新宿ごはんプラス

*食品配布

*医療相談・生活相談

毎週 土曜日

14:00 から

新宿都庁第1庁舎前

★ セカンドハーベスト

*配食サービス

毎週 土曜日

12:30 から：予約不要

上野公園旧奏楽堂前

*食品提供

第2・第4土曜日

13:00 - 13:30

隅田川東白髭公園

*お持ち帰り用の袋を

複数ご持参下さい。

本人確認不要です。

福祉行動を希望の方は、おにぎりを配る時に、お声がけください。

病院や生活相談等で、福祉事務所に行くことを希望される方は、おにぎりをお渡しに伺った際に声がけ下さい。毎週土曜日の訪問活動の


時に声がけ頂いた場合、翌週以降に福祉事務所まで同行します。

中央区福祉事務所・中央区築地1-1-1 中央区役所4階

千代田区福祉事務所・千代田区九段南1-2-1 千代田区役所3階

気温の高い日が続き、雨も降るこの季節。毎年、蚊に刺されやすいのが悩みの種、という人には嫌な季節になってきました。蚊が活発になるのは、気温が25℃～30℃。雨の日には飛びませんが、2～3ミリの雨が降ると卵を産むため、梅雨の季節は大量に繁殖します。直射日光が当たらない風通しが悪いところ、特に下草が長く木々が生い茂っている場所では、蚊は葉の裏に潜み絶好の機会を狙っています。長年、生態を研究している教授によると「色」「二酸化炭素」「におい」が重要なポイントだそうです。蚊は暗い所を好むので、紫や黒などの色の濃いものに集まる習性があります。反対に、明るい色の服を選べば、蚊に刺されにくくなります。呼吸をする動物が排出する息の中には、二酸化炭素が含まれており、それを感知する能力がとても高い蚊は、5メートル以上離れた人の吐息をかぎ分けるそうです。お酒を飲んだ時や運動の後は、二酸化炭素の排出量が増えるので要注意です。そして、蚊を避けるために最も効果的なのは「におい」を消すこと。人間には常在菌があり、肌の保湿などの機能を担っているのですが、この常在菌が発する匂いを蚊が好むのです。特に、風を避けるために低い所を飛ぶ蚊にとって、常在菌の多い足の匂いは大好物。脛や足首を噛まれなくするためには、汗をぬぐい、濡れたタオルで拭くだけでも効果があります。様々な感染症を媒介する蚊は、地球上でもっとも「人類を殺害する生物」と言われています。あなどるなかれ、たかが「蚊」ではなく、されど「蚊」なのです。

日付	18日 (日)	19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)	25日 (日)
千代田区	晴のち曇 32/21 20%	晴のち曇 28/21 30%	晴時々曇 26/18 30%	曇時々晴 25/18 20%	曇時々雨 26/19 70%	曇 27/21 40%	曇時々晴 29/22 40%	曇 30/22 30%



よつや なかま ちよだくこうじまち せい きょうかい
四ツ谷おにぎり仲間 千代田区麴町6-5-1 聖イグナチオ教会

れんらくさき れんらくかのうじかん まいしゅうどうようびごごじじ
連絡先 080-7967-8672 (連絡可能時間 毎週土曜日午後3時～6時)