



今号の内容

第25号



つづきあい計画

## 地域の中の つながりを絶やさないために ～今できること、これからのことを考える～

「つづき あい通信」は、都筑区地域福祉保健計画「つづき あい」を推進する地域の取組や、関連情報を紹介する計画情報誌です。

**新型コロナウイルス感染症**は地域社会に大きな不安や脅威をもたらし、日々の生活に大きな変化・影響を与えました。

経済的な困窮、自粛生活による心身の不調、社会的孤立の深刻化など、コロナ禍による生活課題は、世代を問わず、誰にも起こりうる状況にあります。



これまで私たちは暮らしを揺るがすような危機や課題が発生した際、人と人が「**であい ささえあい わかちあう**」ことで解決を図ってきました。しかしながら、**感染症拡大防止の観点から、これまで培ってきた方策について見直しを余儀なくされています。**

一方、期せずして、つながりや支えあうことの意義について、再認識する機会にもなりました。

万全の条件等が整わない状況にあっても感染予防をしながら、「**今できること、これからのこと**」を考えてみませんか。

### 都筑区地域福祉保健計画とは…

地域福祉保健計画の目的は、地域の皆さま、区内地域ケアプラザ、都筑区社会福祉協議会そして区役所の4者が協力して、誰もが安心して自分らしく健やかに暮らすことのできる地域社会を実現していくことです。都筑区で策定している都筑区地域福祉保健計画では、人と人との「**であい ささえあい わかちあい**」を基本理念とし、「**であいが広まり、お互いにささえあい、地域がもつ力をわかちあえる地域づくり**」を目指す姿としています。



# 地域の中のつながりを絶やさないために ～今できること、これからのことを考える～

## 1. まずは自分の暮らしを第一に

今回の新型コロナウイルス感染症の拡大といった事態は、誰もが当事者となり得る問題となっています。多かれ少なかれ、感染のリスクや、自分がウイルスを拡げてしまう側になるかもしれないという不安を感じている方もいると思います。

地域で福祉保健に関わる活動をしている方も、**まずは自分や家族の暮らしを第一に、健康管理や感染防止に十分留意しながら、決して無理しないことを基本にしましょう。**

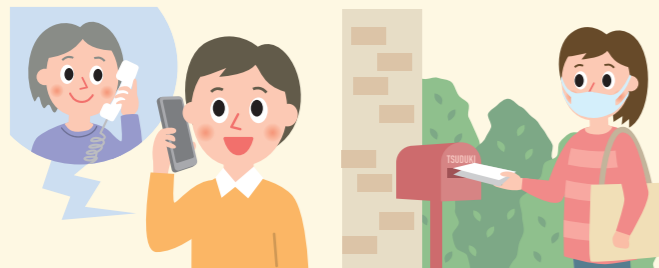
そのうえで、これまでの活動を通じてつながってきた人や、同じ地域に住む人と、今できること、そしてこれから必要なことを、無理のないタイミングで、できることから考えてみましょう。



## 2. 集まらなくても取り組める方法を考える

### ① 電話・手紙・オンライン会議 など

訪問による見守り活動ではなく、電話での声掛け、手紙などのポストイン、オンライン会議の開催などへチャレンジ



### ② ご近所同士で見守り合い



### ③ おうちでシェア

おうちでできることをシェア（共有）する  
(家でできる体操等を掲載したプリントの配付、手芸ができる人がマスクを手作り など)



地域福祉活動やボランティア活動のうち、特に居場所づくりの活動は、この感染症と相性が悪く、さまざまなつながりづくりが阻害されてしまう状況にあります。しかし、この状況を前向きにとらえると、身体状況・家庭の事情等により、日頃から集まりづらい人とのつながりづくりを考えるきっかけになります。

今までの活動メンバーややり方だけでなく、**新たな仲間を加えて一緒に知恵を出し合うことで、新たな取組が生まれたり、さまざまな強みを持つ他の活動団体や企業、学校等も含めたネットワークを作ることにつながるなど、地域活動がより充実するかもしれません。**

もちろん、今までの対面でのつながりづくりはとても重要な活動です。大変な状況ではありますが、改めてお互いを気にかける気持ちやこれまで積み重ねてきた活動への思いなどを確認しながら、また笑顔で集まることができる日まで、さまざまなアイデアやチャレンジを共有して、つながりづくりの新たな一歩を創っていきましょう。

# 〈地域ケアプラザの取組〉 皆さまの地域福祉保健活動を支えます!

## ① 臨時のケアプラザ広報紙等を発行して情報提供

外出自粛要請の期間中、自宅にこもる生活が続いてしまい、地域の情報が伝わりにくくなる状況がありました。そういった方に向けて、臨時の広報紙やチラシ等を作成し、さまざまな地域の福祉保健情報を積極的に発信しました。

### 広報紙

家の中でできるストレッチなどを紹介

### YouTube

給付金詐欺の注意を促す動画をアップロード

<https://youtu.be/3PHDHB8FTIM>

## ② 身近な地域資源をクローズアップ!

なかなか思うように外出できない中、近隣の飲食店が行っているテイクアウト（お持ち帰り）情報を一覧にしました。また、地域の活動・集いの場マップや買い物（移動販売）マップを作成しました。

### 飲食店のテイクアウト情報

### 地域の活動・集いの場マップ

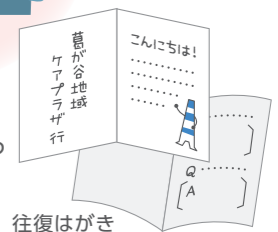
## ③ ケアプラザの利用団体と協力してマスク作り

いつも地域ケアプラザの貸館を利用している団体等と協力して、マスクを製作。民生委員さん等と協力しながら、近隣の施設や見守りが必要な高齢者に配付しました。



## ④ 往復はがきで情報収集

地域活動者の方々にむけて往復はがきを送り、外出自粛中の過ごし方をはじめ、困っていることや困っている人は周りにいないか、活動再開に向けてどのように考えているか等について情報を収集しました。



往復はがき

緊急事態宣言は解除されましたが、ワクチンや特効薬が開発されるまでは感染リスクを抑制しながら「新しい生活様式」を日常化するとともに、地域活動にも一定の制約が必要な状況が続きます。徐々にではあっても**安心して地域活動を始めていただくためのチェックリストを参考として整理しましたのでご活用ください**。活動再開を急ぐ必要はありません。地域の皆さまで知恵を出し合い、地域活動に従事される方々、参加する住民の方々の健康と安全の確保に配慮しつつ、自律的な運営をお願いします。

共通する対策	主な活動	活動ごとの対策
<b>【3密の回避】</b> <input type="checkbox"/> 会場の換気 <input type="checkbox"/> 対人距離 2m(最低1m)間隔確保	<b>屋内（地域集会施設、体育館など）</b>	
<b>【衛生対策】</b> <input type="checkbox"/> マスク着用、手洗い励行 <input type="checkbox"/> 大声での会話・高唱を避ける	<b>【飲食・物販を伴う活動】</b> ふれあい喫茶 高齢者食事サービス 子ども食堂など	<input type="checkbox"/> 箸をおくテーブルなど手指で触れる場所や物は消毒しましょう <input type="checkbox"/> 大皿での取り分けによる食事提供は控えましょう <input type="checkbox"/> 食品の十分な加熱や温度管理などの食中毒対策を行いましょう <input type="checkbox"/> 調理後は、できるだけ早く食べましょう
<b>【参加者把握】</b> <input type="checkbox"/> 出席者名簿で連絡体制確保 （感染者発生の際には必要に応じて公的機関へ情報が提供されることを参加者に周知するなど個人情報の取扱いも忘れずに）	<b>【運動を伴う活動】</b> 元気づくりステーションなど	<input type="checkbox"/> 座席の間隔を十分に空けましょう <input type="checkbox"/> 近距離や接触したりする活動は控えましょう <input type="checkbox"/> 更衣室・観客席・待機場は換気を確保しましょう
<b>【参加制限】</b> <input type="checkbox"/> 参加者数の制限 屋内：100人以下、かつ収容定員の半分以下 屋外：200人以下、かつ人との距離を確保 <input type="checkbox"/> 大人数での参加を制限 <input type="checkbox"/> 体温チェック、風邪症状がある方の参加制限	<b>【会議、研修、学習会など】</b> 会議・打合せ 子どもの学習支援など	<input type="checkbox"/> 滞在時間が短くなるよう工夫しましょう <input type="checkbox"/> 施設内での食事は控えましょう
<b>【消毒・衛生対策】</b> <input type="checkbox"/> 石鹸、消毒用アルコール準備 <input type="checkbox"/> 手で触れる共有部分を有効な消毒方法で消毒 ①消毒用アルコール ②次亜塩素酸ナトリウム ③煮沸消毒 80℃10分 <input type="checkbox"/> 配付物の手渡しを避ける	<b>【交流会、遊戯など】</b> 子育てサロン、 囲碁・将棋サロン カラオケ大会など	<input type="checkbox"/> 参加者が共有し口が触れる可能性がある物品（おもちゃ、マイクなど）は消毒しましょう <input type="checkbox"/> 施設内での食事は控えましょう
<b>【ごみの廃棄】</b> <input type="checkbox"/> ごみはビニール袋に密閉 <input type="checkbox"/> 作業はマスク・手袋着用	<b>屋外（公園、校庭、通学路など）</b>	
<b>【広報・周知】</b> <input type="checkbox"/> 人と人との距離の確保、咳エチケット、手洗い・手指の消毒、健康管理について役員や参加者へお知らせ	<b>【飲食・物販を伴う活動】</b> 朝市、バーベキュー大会など	<input type="checkbox"/> 座席の間隔を十分に空けましょう <input type="checkbox"/> 食品の十分な加熱や温度管理などの食中毒対策を行いましょう <input type="checkbox"/> 調理後は、できるだけ早く食べましょう
<b>【その他】</b> <input type="checkbox"/> 高齢者や妊婦など重症化リスクの高い人が参加する行事は、対策をより徹底 <input type="checkbox"/> 感染が拡大傾向になった場合、事業中止や実施方法を見直し	<b>【運動を伴う活動】</b> ゲートボール大会 ソフトボール大会 グラウンドゴルフなど	<input type="checkbox"/> こまめに手洗いをしましょう <input type="checkbox"/> 近距離や接触したりする活動は控えましょう <input type="checkbox"/> 更衣室・観客席・待機場は換気を確保しましょう
	<b>【その他】</b> 通学路見守り、夜警 青色防犯パトロールなど	<input type="checkbox"/> 車内では窓を開けるなど適切な換気をしましょう
	<b>その他（屋内・屋外）</b>	
	防災訓練など	<input type="checkbox"/> 炊き出し訓練の際は飲食を伴う活動同様の対策を取りましょう
	<b>いずれの活動でも熱中症に注意しましょう</b>	<input type="checkbox"/> こまめな水分補給や適切な冷房の使用、無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう <input type="checkbox"/> 屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合は適宜マスクをはずしましょう <input type="checkbox"/> 未就学児は熱中症等のリスクが高くなるため、適宜マスクの着用は控えましょう

※新型コロナウイルス感染症に関する対応基準など詳細につきましては、厚生労働省のホームページをご確認ください。

※掲載している基準は令和2年6月15日現在のものになります。

