

名寄市社会福祉協議会

～新たな生活様式に対応した地域福祉活動の取組指針～

1. 活動にあたっての“キホン”

地域福祉活動をするにあたって、すべての活動で守っていただきたい“キホン”ルールです。

1) 必ず健康チェックを

・活動前に下記のような点を活動者、参加者共にチェックする。当てはまる症状がある場合は無理せず参加を控える。

※チェック項目の例

- ・平熱を+1℃以上超える発熱がある
- ・せき、のどの痛み、風邪等の症状がある
- ・身体のだるさ、息苦しさ、疲れやすい
- ・嗅覚や味覚の異常がある
- ・新型コロナウイルス感染症陽性とされる方との濃厚接触の可能性がある
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる
- ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間が必要とされる国、地域等への渡航、または当該在住者との濃厚接触があった

・活動終了時には参加者へ体調確認をし、帰った後の手洗いなど予防に努めるよう周知する。

2) 人と人との距離の確保

- ・人と人との間隔は、できるだけ2m(最低1m)空ける。
- ・対面を避け、座席配置や会場のレイアウトを工夫する。

3) マスクの着用

- ・活動の際は原則マスクの着用を徹底する。
- ・夏場は熱中症に十分注意し、対人距離を十分にとれる場合(2m以上)は、マスクを外す。
- ・できる限り目・鼻・口は触らないようにし、マスクを外す際はマスク本体には触れずにゴムやひもをつまんで外す。
- ・使用済みのマスクは各自自宅へ持ち帰る。

4) 手洗い・手指消毒

- ・活動前や活動中、石けんでの手洗いやアルコールでの手指消毒を徹底する。
- ・会場に石けん、アルコール、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム 0.05%）、ペーパータオルなどの衛生資材を設置できるようにする。
- ・手洗いは 30 秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う。（アルコール消毒も可）

5) 名簿で参加者の管理を

- ・参加者名簿を作成し、開始前に参加者の住所・氏名・連絡先と体温や体調を確認し、記録する。
- ・発熱等が認められる場合は、参加を断る。
- ・参加者名簿は主催者がそれぞれの団体等で適正に管理をする。

2. 活動別注意事項

《全般》…会議、サロン、世代間交流、美化活動、ボランティア活動など

- 1) 会場に合わせた参加人数制限を
対人距離の確保が十分にできるよう、会場の定員は約半数を目安にする。
- 2) 共有で触れるものは消毒
複数の人が触れる場所やモノ（ドアノブ、手すり、テーブル、イスなど）は、適宜、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム 0.05%）やアルコール等で消毒する。
- 3) 大きな声を出す機会は少なく
マイクや録音した音源、文字を紙に書くなど工夫する。また、カラオケなど歌は控える。
- 4) 熱中症予防の観点からこまめな水分補給や室内調整などを行う。
（エアコンを併用し室温を 28℃以下に）

※屋内の場合…

- ・1 時間に 2 回以上の換気（2 方向の窓を 1 回数分程度全開にするなど）を行う。

《身体を動かす活動》…体操教室、ラジオ体操など

- 1) 息が荒くなるような運動は避ける。
- 2) マスクを着けて運動する場合は、無理のないよう負荷を下げたり、休憩を取るなど配慮する。
- 3) 熱中症予防には特に注意が必要。
- 4) 人と人との距離を十分とれる場合(2 m以上)は、マスクを外す。
- 5) マスクを外して運動する場合は、タオルなどをもち咳エチケットができるようにする。

《飲食を伴う活動》…食事会、茶話会など

- 1) 座席の配置を工夫し、対面は避ける。
(例)横並びで座る、互い違いで座るなど
- 2) 大皿や箸などの共有は避けて、料理は個別に配膳する。茶菓子などは個別包装されたものを提供する。
- 3) 食器やコップ、箸など、手や口が触れるものは、使い捨てできるものを使用する。
- 4) 調理室などは常時換気扇による換気を行う。
- 5) 調理室の設備や調理器具などを使用した場合は、消毒・清掃する。
- 6) 飲食中のおしゃべりはできるだけ避ける。

《訪問型の活動》…見守り訪問活動、お弁当配食など

- 1) 1 p 「活動にあたっての“キホン”」を順守する。
- 2) 事前に体調をチェックし、異変がある場合は訪問を控える。また、活動中に体調に異変がある場合は活動を中止する。
訪問前に訪問先の方へ体調に変化はないか確認する。
- 3) 訪問ごとに手指の消毒を行う。訪問先の方にも消毒してもらう。
- 4) 活動時間は必要最低限に、時間を短縮して実施する。

3. 活動を始める前に

まずは「いま」できることは何か話し合みましょう。

1) 感染防止のために確認すべきこと

(1) 飛沫感染を防ぐために

運営者で感染防止のためにどんな対策をしていくか、検討しましょう。

- ・会館等の換気方法
- ・活動場所の広さ
- ・活動時間
- ・活動頻度・回数
- ・参加人数 などを確認しましょう。

(2) 接触感染を防ぐために

- ・共有物品や手に触れる頻度の高い場所（ドアノブなど）を特定
- ・消毒が必要な場所の確認
- ・触れる箇所を減らす工夫 などを行いましょう。

2) 活動内容の検討

感染防止対策について検討したら、次はそれらを踏まえて「いま」どんな活動ができるか検討しましょう。

「これまでの活動の本来の目的が何なのか？」について今一度考え、これまで築き上げてきた「つながり」を途絶えさせることがないように「つながり続けていくために何ができるか」考えていくことが大切です。

(1) これまでやっていた活動をカタチを変えてやってみる。

(例) 体操教室を午前と午後の2部制にして、人を入れ替えて実施する。

食事会はお弁当の配食に変更する。

(2) 新しい活動を考えてみる。

(例) 自宅でできる体操のDVDを配布する。

手作りマスクを配布する。

※活動に参加しなくなった方などがいた際は、定期的に訪問や電話等で心身の状況や生活の実態などを把握できるようにしましょう。

4. 社協と“一緒にできること”

名寄社協は皆さんの活動を応援しています。これまでも「町内会ネットワーク事業」等で地域の皆さんの地域福祉活動に携わってきていますが、これからの新しい地域福祉活動の在り方についても、一緒に考えていきたいと思っています。

例えば、「うちの町内会ではどんなことができるかな?」「オンラインで会議をやってみるにはどうしたらいいかな?」など、どんなことでも構いませんので、ぜひご連絡ください。

また、名寄社協では、「ふくし出前講座」を開催しています。それぞれの地域に合った形で講座が開催できるよう、工夫していきたいと思っておりますので講座の開催をお考えの際は一度ご相談ください。

5. 参考資料

- ・「新しい生活様式について」厚生労働省
- ・「新型コロナウイルス感染症への対応について(高齢者の皆さまへ)」厚生労働省
- ・「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して通いの場等の取組を実施するための留意事項」厚生労働省
- ・「公共施設の利用にあたっての注意事項」名寄市

おわりに

日ごろから地域福祉活動に務めていた皆さんの中には、「活動をしたくてもどんな感染予防対策をすれば活動できるのかわからない…」「感染予防を徹底するほど、できることが見つからない…」などといったお悩みを抱える方もいらっしゃるのではないかと思います。

本誌は、そういったお悩みを抱える皆さんからの声を基に作成しました。

まだまだいつもどおりの生活に戻る見通しもなく、不安な日々をお過ごしかと思いますが、こんな時だからこそ、改めて友人やご近所さんとの交流や助け合いの大切さを実感する機会でもあるのではないのでしょうか。

まずは、「できない」ことではなく、「いまできること」を少しずつ、考えてみませんか。

私たち社協職員は地域の皆さんの活動を応援します。「今何ができるのか」一緒に考えますので、お気軽にご相談ください。

本誌が地域の皆さんの新たなつながりづくりの一助になれば幸いです。