

つなぐ

今月号のトピックス

- 正しく恐れるコロナ感染
まちなかの感染対策
保健師コラム
- 平安会館 一宮斎場にて
- 宮西地区圏域別地域ケア会議開催

令和3 No.1



正しいマスクの着用ができていますか？
以下のポイントをチェックしましょう！

- ☐ マスクをつける前は手洗いをしている
- ☐ 鼻、顎まで覆って隙間なく着けている
- ☐ 着用時、手で布面に触らない
- ☐ 喋る時にマスクをすらすない
- ☐ 不織布マスクは1度使ったら捨てている
- ☐ マスクを捨てる時はビニール袋に入れて
ビニール袋の口をとじて捨てる



出典：政府インターネットテレビ

まちなかの感染対策

●マスク編

私たちまちなかは、昨年2月から職員全員に不織布マスクの着用を義務付けています。不織布マスクは、他のマスクと比べると飛沫をカットできる量が多く、相談に来られた方はもちろん、ご自宅でご相談を伺う場合でも不織布マス

●体温測定編

職員は毎日、朝と昼に体温測定をします。また普段と違う症状があればすぐ気付けるように体調確認を定期的にしています。また相談者の方へもご自宅へ訪問する前に、普段と違う症状がないかどうかの体調確認のため、お電話をしております。

令和3年度 まちなか情報室 「正しく恐れるコロナ感染」



↑↑まちなかの消毒
と温度計

昨年度末の二度目の緊急事態宣言を経た現在、「今後はどのようなワクチン接種が始まっていくのか」など、まだまだ新型コロナウイルスの話が尽きません。「宣言が解除されワクチンも打ったので、もう感染予防しなくてもいいや！」と言う人が出てくるかもしれない。本場にそうでしょうか？新しい生活様式に慣れてきた今こそ、冷静に感染予防に努めましょう。

●消毒編

営業日は毎日朝と昼の2回、事務所の消毒を行っています。またご自宅へ訪問する際はこまめに手指消毒を行うために一人一本消毒液を持ち歩くようにしています。事務所に帰る前のせつけんでの手洗いも欠かせません。事務所の入り口に消毒液が置いてありますので、入られた方は手指消毒をお願いいたします。

保健師コラム

今回はいつもと趣向を変えて、感染症の歴史から新型コロナウイルス感染症の予防について考えてみたいと思います。人類の歴史は感染症との戦いでした。1950年（終戦直後の日本人の死因の一番は何でしょうか。答えは感染症、結核です。しかし、2019年になると死因の一番は悪性新生物、主に癌になっていきます。この変化には色々な要因がありますが、結核菌を殺す抗結核薬ができたことが大きいのです。

では、治療薬がない時代はどのように感染症の対策をしていたでしょう。昔は結核にかかると結核患者は郊外に転地療養していましたが、これには感染を広げないことと、患者本人が空気の良いところで体力をつけて、免疫を高め病気を治療する目的がありました。

新型コロナウイルスも現時点では決定的な治療薬がないため、過去から学び現代風の対策が必要で、①感染経路の排除②手洗いを③マスクで④感染経路の遮断⑤健康の管理・自己免疫の管理⑥体調の悪いときは無理をせず、休息をとる。閉じこもって体を動かさないと体力の低下をきたし、自己免疫力も下がります。気候もよい時期になりましただけで、人込みを避け、感染予防を意識しながら体を動かしていきましょう。

『まちなか』とは？ 『つなぐ』とは？

『まちなか』は65歳以上の高齢者の総合相談窓口です。

宮西・貴船・大志を担当しています。通信『つなぐ』を発行し、活動内容を知っていただき、みなさんの地域づくりに役立てていきたいと思っています。

街の素敵な

キラリ☆ひと募集！

宮西・貴船・大志地区で活動している素敵なあなた！

通信『つなぐ』に載ってみませんか？是非、私達にご紹介させて下さい！

ご連絡はこちら⇒⇒⇒

宮西地区圏域別地域ケア会議開催

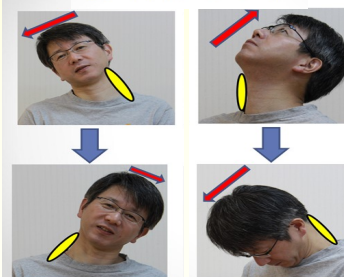
令和3年2月9日に宮西公民館にて、民生委員・民生児童委員のみなさんと宮西地区の介護状況について話し合いをしました。まちなかの相談分析結果をお伝えし、男性介護者をはじめ、抱え込んでしまいがちな介護者が支援につながるためには地域でどんなことができるのか、グループワークで意見交換を行いました。相談先がわからない介護者に周囲の人が相談先を教えてあげたり、相談に躊躇いがある方に声掛けをするなど、地域が支援への橋渡しになることもあります。まちなかも、今後も相談窓口の周知などを幅広く行っていこうと思います。



♪平安会館 一宮斎場にて♪

令和2年11月29日、平安会館 一宮斎場の感謝祭にて脳トレ ドン！～コロナ禍における認知症予防～と題した講話を行いました。まちなかが住民に向けて行ったコロナ禍の生活アンケートの結果もお伝えしながら、認知症予防の脳トレやおうちでできる簡単な運動などをご紹介しました。お子さんやお孫さんと一緒に参加してくださった方もみえました。

首のストレッチ



これは、何と読むでしょうか？

マミムネモ



写真：まちなか

一宮市地域包括支援センターまちなか

一宮市松降1丁目2番18号 松降ビル4F TEL：0586-85-8672