

福祉委員の皆さんへ

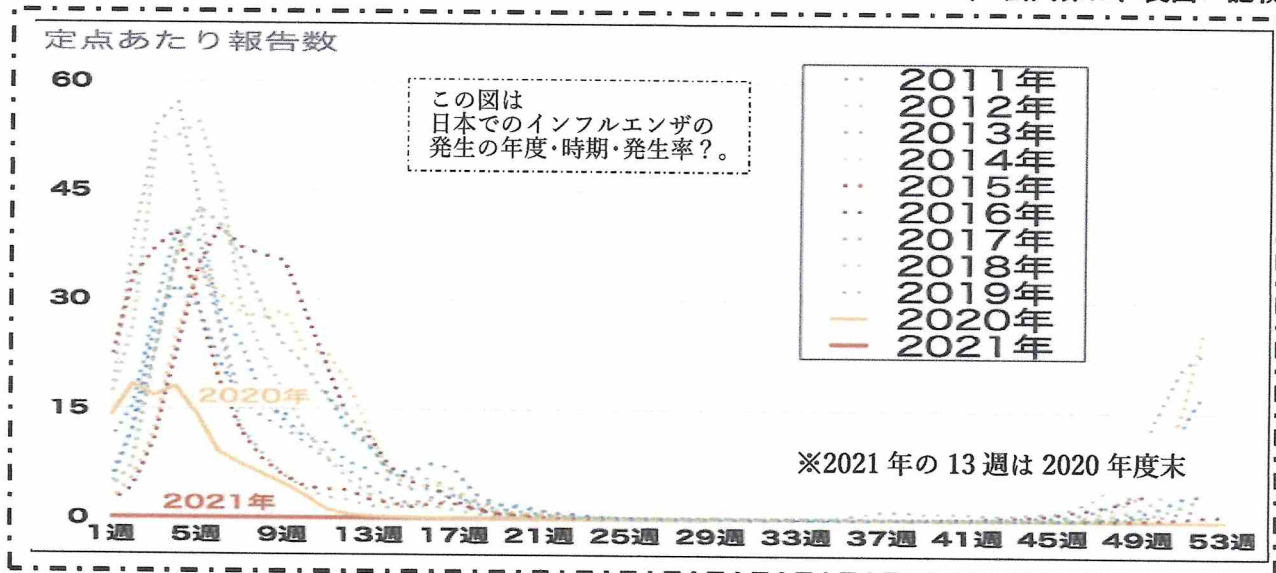
「阿弥陀地区支え合いづくり協議会」関連の「支え合いだより」を6月より一方的に配布させて頂きまして、各位には見慣れない・聞きなれない封筒が突然舞い込む事で迷惑であった事と今気づいております。ご容赦の・・・(協議会の立上げからの説明は別紙で)

新型コロナとインフルエンザはどうなの？。

20年～21年のシーズンは、新型コロナとインフルエンザの同時流行が危惧されたが、インフルエンザの報告がほとんどなく、同時流行は回避されたようでした。

その理由について、学会は**手指衛生・マスク着用、三密(密接・密集・密閉)の回避**のほか、国際的な人の移動の制限などで新型コロナの感染対策が、インフルエンザの感染予防に効果的であったのか。

(三密関係は、裏面に記載あり)



さて今期(2021～2022年)は??。

- 昨年はインフルエンザの患者は極めて少数で、社会全体の集団免疫が形成されていないと懸念。このような状態の下、海外からウイルスを持ち込まれれば「大きな流行を起こす可能性あり?。」
ーインフルエンザと新型コロナの第6波との同時流行は今季あるかも知れないとの学者も存在?。

何はともあれ、気を付けて!!

◎ 上記は「通いの場」づくりの話題から、少し角度を変えた活字を並べましたが、

原点は高齢者の健康維持の関係からであることは常に念頭をお願いします。

寸分あれば体を動かす=「**歩行・駆け足**」・「**マシン使って体力増強?**」

「**数人寄って話し合い?**」・「**花札・トランプで競い合い?**」

「**体を動かし、頭を使ってボケ防止?**」

(意見・質問等は「野々村=447-1080まで)

新型コロナウイルス対策

「通いの場」の活動を行う上での注意事項??。

＊ 内閣官房新型コロナ感染症対策推進室 HP「感染拡大防止 特設サイト」から

兵庫県高齢政策課が引用

(1) 一人一人の基本的感染対策

感染防止の基本：①身体的距離の確保、 ②マスク着用、 ③手洗い

- 人との間隔は、できるだけ2 m（最低1m）開ける。
- 屋内にいるときや会話するときは、症状がなくてもマスク着用。
- 家に帰ったらまず手洗いや顔を洗う。出来るだけすぐに着替える。
 - 手洗いは30秒程度かけて水と石鹸で丁寧に洗う（手指消毒薬の使用可）

(2) 「通いの場」すべての種別で注意すべきポイント

- ◆ 対人距離が確保できない場合は、1回あたりの参加人数を調整し、複数回で開催
- ◆ 開始前に体温チェックの実施（各自自宅で体温測定、開始前に報告する等）
- ◆ 万が一感染が発生した場合に備え、個人情報の取り扱いに十分注意しながら、参加者等の名簿を適正に管理することも考えられる。
- ◆ 複数の人の手が触れる場所を界面活性剤含有の洗浄剤等を用いて適宜消毒する。（テーブル、椅子の背もたれ、ドアノブ、電気のスイッチ等）
- ◆ 十分な換気を行う。

(3) 「通いの場」種別ごとに注意すべきポイント

体操（運動）

- 運動中、息が上がると飛沫が遠くまで飛びやすいため、人との間隔は十分空ける。（2m以上：参加者が両手を広げてぶつからない程度）
※ウォーキング5m,ジョギング10mとする海外研究もある。（スポーツ庁）
- マスクを着用したまま運動を行う場合、こまめに水分を摂り熱中症に十分注意。

会食・茶話会・認知症予防・趣味活動等

- ◆ 大声で歌うは飛沫が遠くまで飛びやすいため、マスクを着用する。
- ◆ 対面ではなく横並びや対角線上に座る。
- ◆ 大皿は避けて、料理は個々に分ける。
- ◆ 鼻水、唾液等が付着したごみは、ビニール袋に入れて密閉して縛る。
- ◆ ごみを回収する人は、マスクと手袋を着用する。回収後は必ず手を洗う。