

# ボランティア団体連絡会

5月27日 ボランティア団体連絡会を開催しました。地域のサロン14団体及び介護保険通いの場事業1団体計15団体への助成金配布と情報交換を目的としたもので、柏市社会福祉協議会の当地区担当の瀧澤さん、柏南部第2地域包括支援センター一橋本所長及び佐藤、北山保健師さんにも出席頂きました。



瀧澤さんより「ふれあいサロンの助成金のはなし」と題し、1. サロンの助成金のしくみ 2. 助成金の交付条件 3. 皆さんにお願いしたいこと 等の話があり、「地域元気情報」「地域で活かせる!! 介護予防グッズ」の冊子も配布されました。

続いて、北山保健師さんに「感染症について」講演頂きました。

## 通いの場× 新型コロナウイルス対策 ～サロン再開に向けて～

柏市社会福祉協議会 当地区担当 佐藤 北山 保健師

新型コロナウイルスの流行がおさまらず、不安な日々を過ごされていることと思います

他くて外出できない...



サロンに行けず、毎日がつまらない...



感染対策を講じながら、サロン再開を目標

### 地区別にみたサロンの再開状況

・他の圏域では、場所によってはほとんど再開していないが比較的多く再開しているところも

・増尾地区でも、サロンを再開しているところはある。ラジオ体操に内容を変更するなど、感染対策に重点を置き、工夫をして再開しているサロンも

### 感染症について

・感染を起こす3つの要素

- ① 感染源 (コロナウイルス)
- ② 宿主 (私たち)
- ③ 感染経路 ←これを遮断する必要あり

新型コロナウイルスはおもに飛沫感染で感染が広がっている

### 飛沫感染とは

・飛沫は会話、くしゃみや咳などにより、口から出される小さい粒のこと

・飛沫感染は、ウイルスの含まれた飛沫を別の人が口や鼻から吸い込んでしまい、ウイルスが体内に入り込むこと

飛沫は、会話で1m、くしゃみや咳で最大5mも飛ぶ!




### 飛沫感染を防ぐには...

1. マスクの着用  
サージカルマスクを着用
2. 換気  
毎時2回以上、窓を開けて換気をする
3. 咳エチケット  
咳をするときはマスクやハンカチで覆う手では覆わない!



**新型コロナウイルスの特徴**

- ◆アルコールの効果によって力を失う  
と手軽に消毒ができる
- ◆石鹸での手洗いで、十分洗い流すことができる  
と付けるだけでなくしっかり泡立てて洗す



**クイズ**

ここで、感染対策についての  
クイズに5問お付き合いください

**感染対策クイズ 1問目**

**問題** サロンへの参加において、当日の体温が何度以上だと参加しないほうがよいでしょうか？


① 37度5分  
② 38度



**答え 感染対策クイズ 1問目**

体温(①37.5)度以上の場合は参加しないことが望ましい

★肌が出る、身体がだるいなど、いつもと体調が違うときは参加を控える  
★37.5度を超えていなくても、体温が平熱より1度以上高いときも控えたほうが良い




**感染対策クイズ 2問目**

**問題** ソーシャルディスタンスの確保では、どのくらいの距離を目安にするといよいでしょうか？

**ソーシャルディスタンス**

① お互いが手を伸ばして当たらないくらいの距離  
② パイプ椅子1個分の距離



**答え 感染対策クイズ 2問目**

ソーシャルディスタンスの確保においては、


① お互いが両手を広げて当たらない程度の距離を目安にする

屋内の場合は、広い会場を使うなども大切

**感染対策クイズ 3問目**

**問題** 消毒用アルコールの濃度は何%以上が望ましいでしょうか？

① 60%以上  
② 70%以上  
③ 90%以上



**答え 感染対策クイズ 3問目**

消毒用アルコールの濃度は、②70%以上が望ましい


手指にしっかりと振り込んで、乾かす

接触での感染が広がる危険もあるので、人がよく触れる場所の消毒もする  
開始前と開始後には必ず行い、可能な会の途中でも実施する

**感染対策クイズ 4問目**

**問題** 換気について 毎時2回以上、1回あたり何分以上？

① 一瞬開けたらよい  
② 1分  
③ 5分




**答え 感染対策クイズ 4問目**

毎時 2 回以上、  
③1回あたり 5 分以上の換気を目安

★気候の良いときは常に窓を開けるようにすると良い  
★夏は換気で室温が上がるので、熱中症に気を付ける

**感染対策クイズ 5問目**

**問題** こまめに水分を補給することで、どのようなメリットがあるのでしょうか？



**答え 感染対策クイズ 5問目**

水分を補給し、喉を潤すことで  
ウイルスが喉に付着しづらくなる

夏場は熱中症の予防にもなるので、こまめに水分を摂る

**水分補給の方法**

- ・こまめに飲む
- ・持参したものを
- ・紙コップなど、他者と共有しないものを
- ・マスクはすぐに付け直しましょう



**増尾のサロン会場はどうなっているのか？**

- ・感染対策に対するご不安に対して、ここで一緒に考えたいと思います！
- ・我々(地域包括支援センターの保健師)が、皆様のサロンのご様子を後日お伺いします

**ありがとう  
ございました**

