

# 生活支援コーディネーターからお知らせです！

皆さん、こんにちは！

新型コロナウイルス感染拡大の影響により、全国でイベントの中止やお茶会自粛となり、皆さんの外出の機会も減ってしまっているのではないのでしょうか。

私達、生活支援コーディネーターは高齢者の社会参加の促進を進めながら、人と人とを「つなぐ」役割を担っています。そこで今回は、活動団体の皆さんから自粛生活中の様子についてお話をお聞きした中で、隣近所気に掛け合いながら見守りや声掛けを行っている様子をご紹介します。

## またみんなで笑って集まれる日まで！ ～地域で見守りや声掛けしてます～



皆さんから生活の様子をお聞きした所“ちょっと”した声掛けが、支え合いや助け合いにつながっている様子が見えました。

もし！第2波が来てつながりやを切らない関わりを持っておくことが大切です！



## 基本が重要！ 第2波に備えておこう！

- ①毎朝、体温測定、健康チェックをしよう
- ②マスクを着用しよう
- ③人との間隔を空けよう（2メートル離れる）
- ④手洗い、うがいをしよう（流水で洗うと効果的!）
- ⑤こまめに換気をしよう

### 熱中症はこえかけで防ごう！

- こ こまめな水分補給
- え 炎天下を避けよう
- か 風通しを良く
- け 健康管理！

涼しい服装



日陰を利用



日傘・帽子



水分・塩分補給



地域や活動団体の色々な情報を教えてください♪ご連絡お待ちしております(◡\_◡)/

お問合せ：南三陸町志津川字天王山38-152 結の里（あさひ幼稚園様向かい）  
TEL 0226-29-6452 携帯080-1652-7291（芳賀・千葉）







