

地域福祉活動の進め方ガイドブック

“3つの密”にならないように

密閉しない

定期的に部屋の
換気をしましょう

密集しない

隣の人とは
1.5m~2mの距離
を保ちましょう

密接しない

距離を保って会話を
しましょう

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、地域の中でのふれあいや交流することもままならない未曾有の事態が続いています。町内でも、多くの地域行事が中止や延期となっています。

このことから、地域福祉活動を取り巻く環境はもちろん、参加者の身体・心理・社会的状況にも変化が生じていると考えられます。そのため、今後は地域福祉活動を進めるにあたり、このような変化や想いにも寄り添いながら活動していくことも求められます。

このガイドブックは、これからの地域福祉活動をどう進めていくか検討する際のヒントを示したものです。それぞれの地域福祉活動の目的を今一度ふりかえり、運営方法、対象、内容、課題などについて、みんなで話し合いアイデアを出し合ひましょう。この話し合いこそが、支え合いの地域づくりの大きな一歩です！この困難を地域みんなで乗り越えましょう！！

美里町生活支援体制整備協議会
社会福祉法人美里町社会福祉協議会

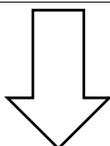
〒987-0038 美里町駅東二丁目 17-4 (美里町駅東地域交流センター内)

電話 32-2940 / FAX 32-5160

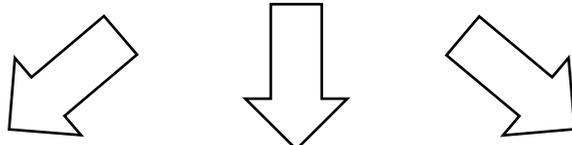
【活動検討プロセスチャート】



活動の検討



活動の判断



目的を確認する(見直す)
何を目的に活動していたのか、再確認しましょう。

みんなの意思確認
運営者(役員やボランティア等)の声や参加者の意見も聞き、開催の判断をしましょう。

代替手段を検討

～目的を達成できるもの～

ある地域では、お茶のみ会は中止としましたが、集まる機会が減ったことや自粛期間の影響で運動不足が危惧されたため、空き地を整備しグラウンドゴルフを楽しんでいます。コロナ前より顔を合わせる機会が増え運動不足も解消され、より地域が元気になりました。

手段は違いますが、“つながりあい・気にかけて合う”という目的は達成できます。

3人寄れば文殊の知恵。みんなで何ができるかアイデアを出し合いましょう。

活動

～活動前に考えること～

- ①参加のルールの設定
⇒検温、マスクの着用等の感染症予防対策の徹底
- ②会場の配置
⇒ソーシャルディスタンス(人との距離)を確保し、会場の収容人数を確認しましょう。
- ③消毒の実施
⇒複数人が触れる所(ドアノブやテーブル等)を検討し消毒しましょう。
- ④換気の確認
⇒換気は必ず行いましょう。
- ⑤熱中症対策
⇒こまめな水分補給を実施しましょう。

中止又は延期

～つながりを維持しよう～

このご時世、中止や延期もやむを得ません。しかし、楽しみや外出する機会が減ると「生活不活発病」になったり、徐々にそういった場所に行く気持ちが失せたり、足が遠のきがちになります。

そこで、今後の予定表や啓発事項などをおたよりにし配布するのはどうでしょうか。配布時に顔を合わせることで、体調の変化や心の不調をキャッチすることができるかもしれません。さりげない見守りにもなりますね。

お茶飲み会等の再開のチェックリスト(運営者向け)

【再開する前に…】

- 再開の目的の再確認と開催方法を確認する(見直す)。
- 運営者(役員やボランティア等)同士のコミュニケーションを強化する。
- 地域の理解を得ながら活動する。

【チラシ等に記載する内容】

- 再開するにあたり安全対策を行っていることを説明する。
- 可能な場合、事前に参加者の人数を把握する。
- マスクの着用、体調が悪い方は参加を検討するよう呼びかける。
- 開催内容を具体的に記載する。



【当日の材料や備品の準備】

- マスク、手袋、消毒剤等の準備をする。
- 食事やお菓子は個包装のものを準備する。
- 使い捨ての物品(紙コップなど)を使用する。

はなれましょう
ソーシャルディスタンス



【プログラムの準備】

- 屋外で開催できないか検討する。
- しばらくは時間を短縮した内容で実施する。
- 歌を歌ったり、息が荒くなるプログラムは控える。
- マイクやホワイトボード等を使い進行する。



【運営者の危機管理】

- 衛生管理面での注意点、備品の使用方法を確認する。
- 体調不良者が出た場合の連絡、指示体制、流れを確認する。

【会場の準備】

- 使用開始前にしっかりと消毒、換気をする。
- 3密に配慮した会場のレイアウトにする。
- 受付時に検温し記録できるようにする。

【活動開始時】

- 参加者の最近体調や様子を尋ねてみる。
- ソーシャルディスタンスの距離を参加者同士で確認する。
- 注意事項やルール等を説明する。

町社協や生活支援コーディネーターへ、
お気軽にご相談下さい。
一緒に何ができるか考えましょう！



【活動終了時】

- 参加者から感想や不安な点はなかったか尋ねてみる。
- 時間をずらして一斉に帰らないよう参加者へ促す。

【活動終了後】

- 会場の清掃を行い、消毒する。
- 良い点・問題点などをふりかえり、次回につなげる。
- 運営者みんなで、お互いをねぎらい、心のケアをする。

お茶飲み会等に参加するための留意点(参加者向け)

参加する前に…。

- 活動へ参加する前に体温を計測し、体調を確認しましょう。
- 参加するのが不安な方、体調が悪い方は、無理をせず休みましょう。
- 症状がなくてもマスクを着用しましょう。
- 自粛期間が長かったため、外出が億劫になる方もいるかもしれませんが、閉じこもり予防のために、みんなで誘いあうのもいいですね。



参加中は…。

- 3つの密を避け、
「人と人との距離の確保」
「マスクの着用」
「手洗い」を心がけましょう。
- 換気は必ず行いましょう。
- おしゃべりする際は、お互いの距離(できるだけ2mくらい)をとり、正面に立たないように気をつけましょう。
- 運動等をする場合は、自分の身体と相談し無理せず行いましょう。
- こまめに水分補給し、熱中症にならないよう気をつけましょう。

参加後は…。

- 帰宅後は、手洗い・うがいをしましょう。
- 活動に参加し疲れた場合は、無理をせず休養しましょう。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモしましょう。
- お休みした方へ、今日の活動の内容や次回の予定などをお伝えするのもいいですね。



生活不活発病に気をつけよう！

- 身体を動かさない・することがない状態が続くことで、体の機能が弱まってしまう病気が「生活不活発病」です。放っておくと、筋力の低下・心肺機能の低下・自立神経不安・うつ状態など様々な症状が出てきます。
- 運動や体操で身体を動かすのはもちろんですが、お茶飲み会などの地域活動への参加も効果的です。

