

新しい生活様式をふまえた 地域活動ガイドライン

地域のつながい



やっぱりみんなさん

社会福祉法人 泉佐野市社会福祉協議会

はじめに

新型コロナウイルス感染症の影響により、これまでの福祉委員会活動の魅力である人が集い、ふれあい、顔を合わせて交流する活動が難しくなりました。

地域の要支援者だけでなく、福祉委員会活動に取り組んできた皆様にとっても、不安な思いを抱えておられることだと思います。そうした状況であっても、地域のつながりが途切れることがないように、「今何が出来るか？」を考え、さまざまな工夫をしながら、要支援者の方たちに寄り添って安否確認や声かけをして下さっていたとお聞きしています。

5月21日に緊急事態宣言が解除されましたが、まだ不安が残る状況です。地域の活動者の方々から、今後どのように福祉委員会活動に取り組んでいったら良いのか？という相談が社協事務局へ寄せられております。

本ガイドラインは、福祉委員会活動の再開に向け、関係者の皆様に少しでも参考になればと思い、まとめたものです。

基本的な考え方は、福祉委員会活動全般的に「新しい生活様式」を踏まえていただけると幸いです。その上で、大きくわけて個別支援活動、グループ支援活動の二つの活動について特に気をつけていただきたいこと、また段階的に取り組んでいただけるような活動例などを示しております。

次ページからのガイドラインを参考にしながらも、ご自分の暮らしを第一に考えていただき、無理のない範囲でできることから取り組んでいきましょう。

目 次

1. 「新しい生活様式」を踏まえた地域活動の段階的な取り組み	1
2. 個別支援活動について	
1) 外出を自粛している間	2
2) 外出自粛期間が終わった後	4
3. グループ支援活動について	
1) 外出を自粛している間	5
2) 外出自粛期間が終わった後	5
3) ソーシャルディスタンス（社会的距離）を保ちながら楽しいサロンを！ ..	7
4. 会議について	
1) 外出を自粛している間	8
2) 外出自粛期間が終わった後	8
◎ おわりに	9

◎ 参考資料

別紙1) 「新しい生活様式」の実践例 <<出典：厚生労働省>>

別紙2) 戦略のロードマップ

<<出典：『感染拡大防止と社会経済活動の再開・維持に向けた戦略（案）』
(5月14日大阪府新型コロナウイルス対策本部会議資料)>>

別紙3) こんな方はご注意ください

<<出典：大阪府ホームページ 新型コロナウイルスを防ぐには
(2020年5月12日)>>

1. 「新しい生活様式」を踏まえた地域活動の段階的な取り組み

これまでの地域活動を再開できるよう、感染症対策をしつつ初めは少人数での取り組みから始動し、徐々に参加者を増やしていくなど、「段階的な取り組み」を検討していきましょう。

大阪モデル

※ 大阪モデルは別紙2を参照

大阪モデルに 合わせた地域活動

厳しい自粛要請

グリーンステージ1

段階 1

個人あるいは家の中で取り組める
個別支援活動を進めていきます。

→P2～3, P8をチェック



グリーンステージ2

段階 2

3つの密に気を付けて少人数でリスク
の低い活動を取り組んでいきます。

→P4～8をチェック



グリーンステージ3

段階 3

十分な感染症対策を行った上、徐々に集
まる人数を増やすなどの試みをしていき
ます。

→P4～8をチェック

※ 再び感染が拡大した場合は、状況に応じて柔軟に対応を検討していきましょう。

2. 個別支援活動について

1) 外出を自粛している期間

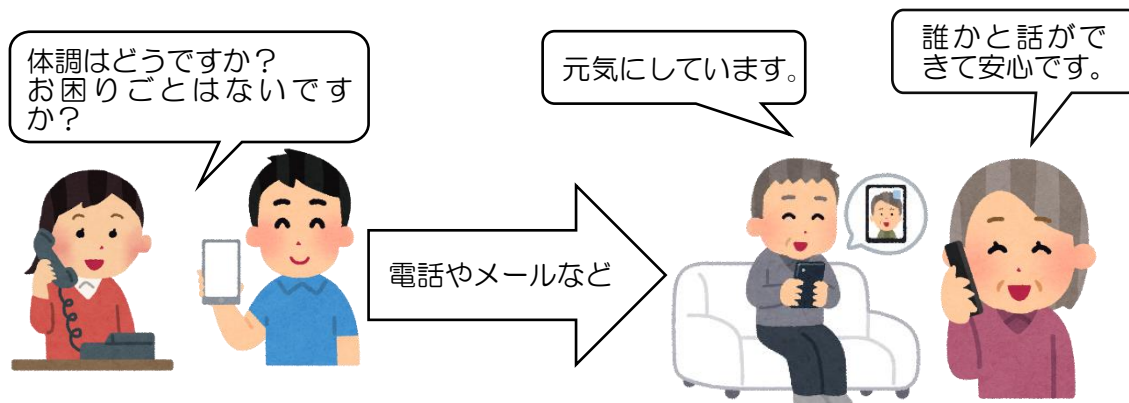
(「大阪モデルに合わせた地域活動」における段階 1 の期間)

直接顔を見て見守り対象者の安否確認をすることが難しい状況の中でもつながれる方法を検討しましょう。お互いの負担にならない方法を選ぶと継続しやすいですね。

電話・オンラインで

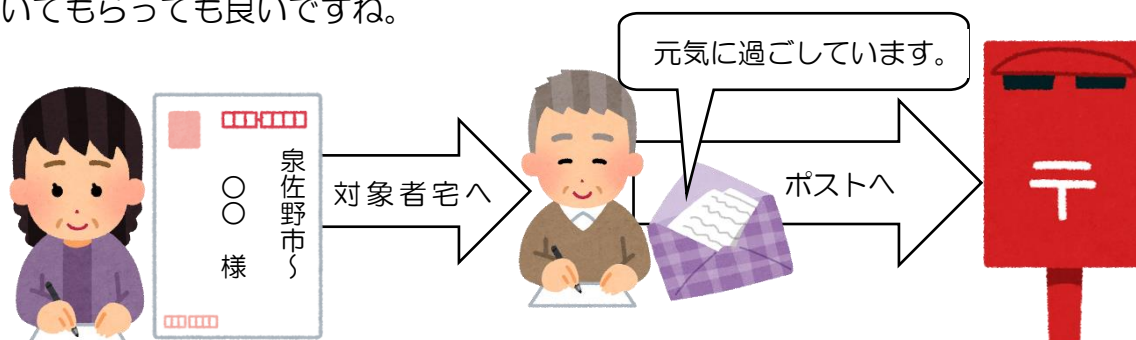
固定電話やスマートフォン・パソコンなどを利用しましょう。
ネット対象者や、サロン参加者を中心に電話などで安否確認を行い、見守りを行います。体調の変化はないか、生活の中での困りごとはないか等ニーズ把握をしましょう。

要支援者から対応が難しい相談を受けた際は一人で抱え込まず、社会福祉協議会までご相談ください。



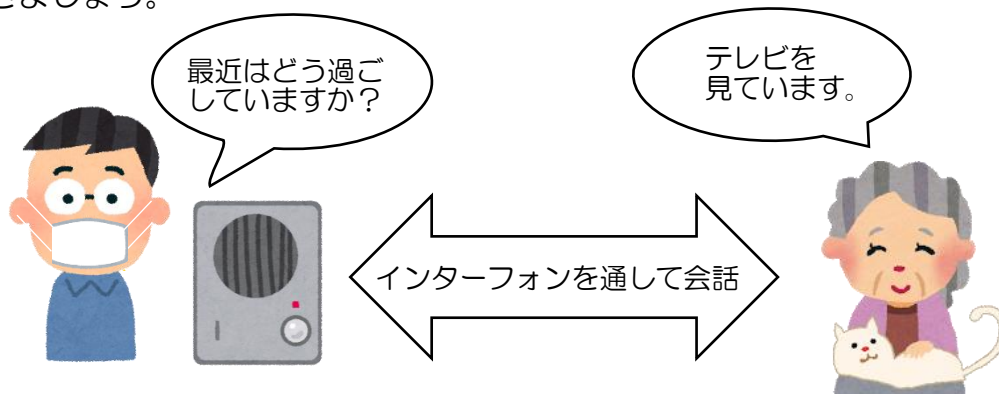
手紙・はがきなどの届け物で

往復はがきにすれば双方向でコミュニケーションが取れます。
質問項目をあらかじめ記入しておき、対象者に○をつけてもらう・チェックを入れてもらうなど記入する手間を省いたり、フリースペースを設けて近況等を書いてもらっても良いですね。



インターフォン越しに

インターフォン越しに安否確認を行いましょう。電話番号を控えていないネット対象者にも対応できます。念のために訪問前は自身の体調をチェックしていきましょう。



日常生活の中で

特別なことをしなくても、日常生活の中で安否確認もできます。買い物や洗濯、散歩など日々の生活の中で見守り対象者の姿をみかけたら、声をかけましょう。ふだん皆さんがしてくださっていることが一番大切です。



2)外出自粛期間が終わった後

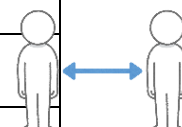
(「大阪モデルに合わせた地域活動」における段階2～3の期間)

訪問での個別支援活動ができるようになったら、主に以下のことに気を付けましょう。

※地域の状況や今後の感染状況に合わせて、柔軟にご活用ください。一つの目安として参考にしてもらえればと思います。



チェック項目	✓
【訪問前】	
訪問者（自分や一緒に訪問する人）に発熱や体調不良がないか確認しましょう	☐
マスクをしましょう	☐
いつ、誰と、どこへ訪問したか後から思い出せるようにメモしておきましょう	☐
【訪問中】	
玄関先で距離を保って話しましょう	☐
訪問先の方の体調に異変がないか確認しましょう	☐
【帰宅後】	
手洗い、うがいをしっかりと行いましょう	☐
発熱や体調の変化がないか気を付けておきましょう	☐



※「新型コロナ受診相談センター」については、別紙③をご覧ください。

3. グループ支援活動について

1) 外出を自粛している期間

(「大阪モデルに合わせた地域活動」における段階1の期間)

感染リスクが高いため、グループ支援活動は自粛を検討しましょう。

2) 外出自粛期間が終わった後

(「大阪モデルに合わせた地域活動」における段階2～3の期間)

いきなりこれまでの活動に戻すことは難しいかもしれませんが、感染リスクをできるだけ避けながら、主催者も参加者もみなさんが安心して開催・参加できるように、できることから少しずつ取り組んでみましょう。

3つの密(密集、密接、密閉)を避ける工夫



▶ 活動内容を変更する

(例) 室内での体操教室を屋外(会館近くの広場など)でのラジオ体操にする。

これまでの卓球教室を脳トレ教室にする。

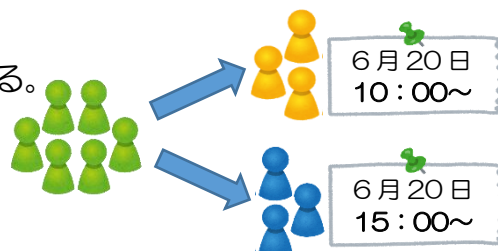
⇒P6に他のアイデアも載せていますので、参考にしてみてください。



▶ 開催規模を縮小する

(例) 開催時間や開催日で参加者を分けて招待する。

開催時間を短縮する。



環境の工夫

▶ 対面での会話や食事を避ける

(例) 座席の配置を斜め交互や横並びにする。



▶ お菓子や飲み物の提供の方法を工夫する

(例) 持ち帰りでの対応もできるように個包装のお菓子や飲み物を準備する。



▶ 多数の人が触れる部分の消毒をする

(例) ドアノブ・電気のスイッチ・水道の蛇口・トイレ・玄関の手すりなど

▶ 共有物を減らす

(例) マイクの使いまわしをしない。

トイレのタオルをペーパータオルにする。ハンカチの持参を呼び掛ける。

スリッパの持参を呼び掛ける。



グループ支援活動を再開していくにあたって、主に以下のことに気を付けましょう。

※地域の状況や今後の感染状況に合わせて、柔軟にご活用ください。一つの目安として参考にしてもらえればと思います。



チェック項目	✓
【開催日までの準備】	
主催者も参加者もマスク着用での参加を周知しましょう	☐
現在発熱や体調不良のある方や過去 2 週間以内に同様の症状があった方は、参加を控えるよう周知しましょう	☐
帰宅後に体調不良があった場合、代表者へ連絡してもらうよう周知しましょう	☐
大きな声を出すことや室内での激しい運動を控えるなどサロンの内容に気を付けましょう	☐
持ち帰りでの対応もできるように飲み物や食べ物はできるだけ個包装されているものを準備しましょう	☐
座席の配置の間隔を空ける、床にテープでラインを貼るなど人が密集しないような工夫を行いましょう	☐
【開催当日】	
入り口にアルコール消毒を設置しましょう	☐
換気が十分に行える環境かチェックしましょう	☐
会場入り口にて参加者の体調を確認し、発熱や体調不良がある場合は帰宅を促しましょう	☐
不特定多数の人が参加するカフェなどの場合、参加者に名前、連絡先、来た時間、帰る時間を記入してもらいましょう	☐
椅子や机、ドアノブ等、多くの人の手が触れるところは事前・最中・事後のタイミングでこまめに消毒を行いましょう	☐
【帰宅後】	
手洗い、うがいをしっかりと行いましょう	☐
発熱や体調の変化がないか気を付けておきましょう	☐



15:00



※「新型コロナ受診相談センター」については、別紙③をご覧ください。

3)ソーシャルディスタンス(社会的距離)を保ちながら楽しいサロンを！！ ～新しい生活様式をふまえたサロン活動例～

マイクを使うカラオケや、至近距離での会話など普段のプログラムに戻すのはまだまだ不安があるけれど、みんなで集まるからには楽しい時間を過ごしたい！ 距離を保って取り組める、こんなレクリエーションはありますか？

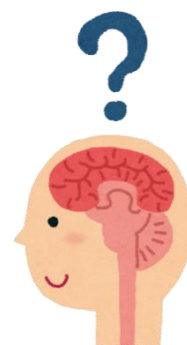
脳トレ問題

みんなで脳トレクイズに挑戦！

インターネットで検索すると様々な脳トレ問題が見つかります。

皆さんで解いてみましょう！ 誰が一番早く解けるかな？

全問正解者の表彰があってもいいかもしれません。



シルバー川柳穴埋めクイズ

2001 年から公募を開始したシルバー川柳は今年で第 20 回を迎えるそうです。過去の作品の穴埋め問題をするのもおもしろいかもしれません。思わず「うまい！」とうなる作品や、共感できる作品があるかも……

例：書き込んだ予定は全て〇〇〇〇〇 解答：診察日

絵しりとり



- ①参加者の人数を均等に分け、紙に大きく絵をかくてしりとりをしましょう。
- ②最後の人にたどり着いたら先頭の人から順にきちんとしりとりができているか確認してみましょう。もしかしたら「全然つながってない～！」ということもあるかも？同じ要領でお題を決め、絵をかくて伝言ゲームを行い、最後の人で回答するゲームもいいですね。

「〇〇といえば」ゲーム



「夏といえば？」「名曲といえば？」いろんな「〇〇といえば？」のお題に回答しましょう。大人数の人と回答が一致していれば勝ち、反対に誰ともかぶらないものを回答した人の勝ち、2 チームほどに分けてチーム対抗戦にするなど、様々なルールで楽しめそうです。

4. 会議について

1) 外出を自粛している間

(「大阪モデルに合わせた地域活動」における段階 1 の期間)

対面での会議が難しい期間は、これまでと違う方法で意見や事柄の共有ができるような工夫をしてみましょう。

書面・オンラインで

書面の場合は、会議資料と回答書を配布し、意見の募集や議決を行きましょう。

「Zoom」や「LINE」などのアプリケーションを活用し、ビデオ通話でのオンライン会議を取り入れてみるのもいいですね。



2) 外出自粛期間が終わった後

(「大阪モデルに合わせた地域活動」における段階 2～3 の期間)

以下を参考に、安心して会議が行えるような工夫をしてみましょう。

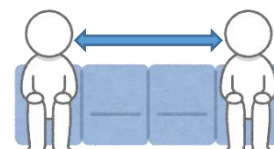
3 つの密(密集、密接、密閉)を避ける工夫



▶ 距離を保つ

(例) できるだけ広い部屋を確保する。

座席の間隔を広くとる。近い距離で対面しないように気を付ける。



▶ 換気する

(例) 空調を使用していても、時間を決めて換気を行う。(対面する窓を開けるとより効果的になる)



▶ 会議の規模を縮小する

(例) 出席者を必要最低限にする。

時間を短縮するため、事前に会議出席者に資料を配布し、目を通しておい
てもらう。はじめに会議の終了目安時刻を全体で共有しておく。

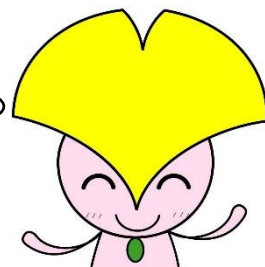


おわりに

福祉委員会ではサロン活動や安否確認、見守りなど普段から地域において人と人との「つながり」をつくる活動をされています。外出自粛や各種イベントが中止となる中でも、普段の「つながり」を守るために様々な工夫をこらし要支援者への安否確認や見守り活動が継続されていました。このような福祉委員会の日頃の活動が、今回のような非常時にも地域での支えあいにつながっています。

また、今回のコロナウイルスの影響は新たな“つながりづくりの方法”を考えるきっかけになるのではと考えています。誰もが安心して住み慣れた町で暮らし続けるために、今できることをみんなで考える。このガイドラインがその一助になれば幸いです。

「つながり」を守り続けてくださった活動の一部をご紹介します。



○地域のほっこり支えあいエピソード○

見守り活動の中で「10万円給付の手続きが不安」という地域からの声を聴きました。自治会、福祉委員会協力のもと会館を開放し、書類のコピーや記入のお手伝いをしました。3密にならないように、対象者の参加時間をずらすなど工夫しました。

「困っている人を助けたい」という皆さんの強い気持ちに感銘を受けました。福祉委員会があることの心強さを感じました。

(地区担当職員 Y)

「今できること」はもちろん、「今後の活動にもつながること」を意識して活動されていることに、皆さんの地域を想うあたたかい気持ちを感じました。

(地区担当職員 N)

外出自粛要請が出て通常の個別訪問活動ができない中、繰り返し使用できるペーパータオルをかわいい手書きイラスト付きのお手紙と共に届けました。今後のサロン活動にもつながるようにと今回は支部内のすべての独居高齢者世帯・高齢者夫婦の世帯を対象に活動しました。

※記載しているエピソードは一例です

（１）一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の３つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- ☐ 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）** 空ける。
- ☐ 遊びにいくなら**屋内より屋外**を選ぶ。
- ☐ 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
- ☐ 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- ☐ 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- ☐ **手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に**洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- ☐ 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- ☐ 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- ☐ 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- ☐ 地域の感染状況に注意する。

（２）日常生活を営む上での基本的生活様式

- ☐ まめに**手洗い・手指消毒** ☐ 咳エチケットの徹底 ☐ こまめに換気
- ☐ 身体的距離の確保 ☐ 「**3密**」の回避（密集、密接、密閉）
- ☐ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



（３）日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- ☐ 通販も利用
- ☐ 1人または少人数ですいた時間に
- ☐ 電子決済の利用
- ☐ 計画をたてて素早く済ます
- ☐ サンプルなど展示品への接触は控えめに
- ☐ レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- ☐ 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- ☐ 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ☐ ジョギングは少人数で
- ☐ すれ違うときは距離をとるマナー
- ☐ 予約制を利用してゆったりと
- ☐ 狭い部屋での長居は無用
- ☐ 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- ☐ 会話は控えめに
- ☐ 混んでいる時間帯は避けて
- ☐ 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- ☐ 持ち帰りや出前、デリバリーも
- ☐ 屋外空間で気持ちよく
- ☐ 大皿は避けて、料理は個々に
- ☐ 対面ではなく横並びで座ろう
- ☐ 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- ☐ お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

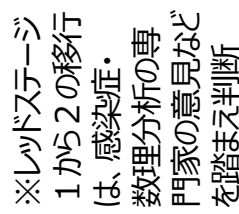
- ☐ 多人数での会食は避けて
- ☐ 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

（４）働き方の新しいスタイル

- ☐ テレワークやローテーション勤務 ☐ 時差通勤でゆったりと ☐ オフィスはひろびろと
- ☐ 会議はオンライン ☐ 名刺交換はオンライン ☐ 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

戦略のロードマップ

別紙—②

こんな方はご注意ください

次の症状がある方は、「新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）」にご相談ください。

すぐに相談

- ①息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがある場合
- ②高齢者、基礎疾患がある、透析を受けている、免疫抑制剤・抗がん剤を使用している方で発熱、咳などの比較的軽い風邪症状がある場合
- ③妊婦の方 比較的軽い風邪症状がある場合 ※念のため、早めに相談

症状が4日以上続くときは必ず相談

上記①～③以外の方で、発熱や咳など比較的軽い風邪症状が4日以上続く場合 *強い症状や解熱剤などを飲み続けている方はすぐに相談

センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。

マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

＜新型コロナ受診相談センター（帰国者・接触者相談センター）一覧＞ ※土日祝を含めた終日つながります

セ ン タ ー 名	電 話 番 号	FAX	セ ン タ ー 名	電 話 番 号	FAX
大阪府池田保健所	06-7166-9911	06-6944-7579	大阪市保健所	06-6647-0641	06-6647-1029
大阪府茨木保健所			堺市保健所	072-228-0239	072-222-9876
大阪府守口保健所			高槻市保健所	072-661-9335	072-661-1800
大阪府四條畷保健所			東大阪市保健所	072-963-9393	072-960-3809
大阪府藤井寺保健所			豊中市保健所	06-6151-2603	06-6152-7328
大阪府富田林保健所			枚方市健康部	072-841-1326	072-841-5711
大阪府和泉保健所			八尾市保健所	072-994-0668	072-922-4965
大阪府岸和田保健所			寝屋川市保健所	072-829-8455	072-838-1152
大阪府泉佐野保健所			吹田市保健所	06-7178-1370	06-6339-2058

※令和2年5月11日時点

一般的なお問い合わせなどはこちら

その他、ご自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談ください。

府民向け相談窓口 電話番号：06-6944-8197 FAX番号：06-6944-7579
受付時間 9:00～18:00（土日・祝日も実施）

新しい生活様式をふまえた地域活動ガイドライン
～やっぱりええやん 地域のつながり～

令和 2 年（2020 年）6 月

（本資料は令和 2 年 5 月 27 日時点での情報に基づき作成しています）

編集・発行 社会福祉法人 泉佐野市社会福祉協議会
（担当：地域福祉グループ）

〒598-0002 泉佐野市中庄 1102 番地

電 話 072-469-2155（直通）

F A X 072-462-5400