

安心して地域活動に取り組むための応援をします！

地域活動再開のきっかけのひとつとして「手洗い講座」をぜひご活用ください。
お申し込み・ご相談は下記家庭健康課までご連絡ください。

手洗い講座のご案内

みなさん、ご自分の手洗いに自信はありますか？

手洗いは新型コロナウイルスだけでなく「インフルエンザ」、「ノロウイルス」等あらゆる感染症予防の基本です！**地域の集まりで手洗いチェッカーにチャレンジしてみませんか？**
保健師が地域のみなさんのところに出張いたします！

手洗いチェッカーとは？

- ① 専用ローションを汚れに見立てて手に塗る
- ② 普段通りに手を洗う
- ③ 専用ライトに手を照らす




あらビックリ！？洗い残しが光るので普段の手洗いでどの位洗えていたかが分かります！

地域はっぴい子育てプロジェクト

宮城野区では、育児不安や地域での育児孤立解消を図る目的で、子育て支援情報の発信を行っています。詳しい活動内容は右のQRコードをご覧ください。おやこで一緒に楽しもう「わらべうたの手遊び動画」も順次アップしています！！



仙台市の新型コロナウイルス感染症に関する情報は、仙台市のホームページ「新型コロナウイルス感染症特設ページ」をご覧ください。

仙台市 コロナ 特設 

発行：宮城野区保健福祉センター家庭健康課（2021年7月発行）

連絡先：電話（代表）022-291-2111 内線6781 FAX 022-291-2205



宮城野区

皆さんと一緒に考えて
いきましょう！

私たちも応援します！

ウイズコロナ社会において、多くの区民の皆さまが地域活動の中止や縮小を余儀なくされ、不安を抱えながら活動の在り方を模索されてきました。

また、新型コロナは“感染症”という病気だけでなく、これまでの地域住民の“大切なつながり”を希薄にするという弊害をもたらしました。このことにより外出機会が減り、高齢者のフレイル^(注1)の加速化や子育て世代等の孤立化など二次的な問題も懸念されております。

この度、ウイズコロナの中で活動している地域を取材し、様々な「工夫」や「思い」について教えていただきました。ポストコロナ社会をも見据えた地域活動を考えるきっかけとして参考にしてください。

(注1) フレイル：加齢に伴い筋力や認知機能、社会とのつながりが低下した状態のこと。健康と要介護の中間の状態のこと。



田子西こだま町内会

「活動も感染対策も皆で協力して」



田子西第二市営住宅の町内会「田子西こだま町内会」では、月に2回「スマイル会」という運動教室を行っています。しかし、新型コロナの影響を受け、令和2年3～6月まで活動を休止しました。町内会長を務める鈴木るみ子さんは、新型コロナの影響として“震災後スマイル会での活動を通してできた住民同士のつながりが、活動休止によって切れてしまうこと”が気がかりだったと言います。他の地域でも活動しているところはほとんどなく、再開するかどうかが迷いがあったそうです。

そんなとき、鈴木さんはスマイル会の活動支援を行っていた地域包括支援センターと宮城野区家庭健

康課に感染対策や開催方法について相談しました。「相談窓口があるということが何よりも安心だった」と鈴木さんは振り返ります。また、感染対策として、椅子を置く間隔が一目で分かるよう、集会所の床にテープで目印をつけました。これまで皆で輪になって声を出して行っていた体操は、DVDを活用し大きな声を出さずに行えるよう工夫されています。

「どこにも行けなくても、ここに来れば皆に会えるから助かる」と参加者からは感謝の声が聞かれています。活動を通して、コロナに負けない住民同士のつながりが育まれています。

ポイント

- 誰でも行えるよう感染対策の方法を見える化
- 不安なことは皆で相談しながら対処

新田児童館

(NPO法人 せんだい杜のこども劇場)

「強みを活かして地域の実情に合わせた取り組み」



新田児童館の大久保副館長より児童館の取り組みについてお話を伺いました。新型コロナにより先行きが見えない中で行事の企画に多くの苦労がありました。そんな時「新田児童館の強みって何だろう？」と振り返り、20歳代～70歳代の幅広い世代の職員がいることや、元々児童館行事に民生委員等地域の方々関わってくださっていることが、「強み」であると気付いたそうです。また、地域の子育て世代の現状として“コロナ禍で実家になかなか帰れない保護者が多い”ゆえに“祖父母との交流が途絶えている”ことから「世代間交流」の意味を見出し、従事スタッフを60歳以上に限定した「ほっこりサロン」を開始。手作りこまやラベンダースティック作り等の工作や遊びを通して交流し、まるで実家に帰った時のような“ほっこり”とした時間を提供しています。参加者から好評であることはもちろん、民生委員の活動の場が制限されている中、活動の場ができたことも喜ばれたそうです。

その他にも乳幼児を持つ保護者同士の交流機会が減っている中で、保護者が疑問に感じている何気ない子育ての悩みや知りたいことの声を拾い上げ、学ぶ機会につなげています。新田児童館は「子どもたちと地域住民をつなげる場になりたい」という目的を見失わず、保護者の声や地域の実情を丁寧に拾ってつなげる役割を果たしています。

ポイント

- ピンチの時こそ「強み」を活かす！
- 目的を見失わず形を変えて取り組む

燕沢東市営住宅共栄会

「自然な交流で見守り合う地域づくり」



燕沢東市営住宅の自治組織「共栄会」班長を務める制野洋子さんは、新型コロナの影響として“住民の交流がコロナ禍前のようにできないこと”，“特に高齢の皆さんが外出控えて足腰が弱くなったこと”が気がかりと言います。共栄会では、コロナ禍前より活動していた月1回の「運動教室」や「花壇づくり」，“清掃活動”を感染対策の上、継続しています。また、令和2年度は、（賞味期限が迫る）災害備蓄用のカレーや缶詰等を各世帯に訪問で配付しながらの声がけ運動を実施しました。

住民の皆さんからは「気にかけてもらっていることが伝わって安心する」との感想があり、自然な交流の中で見守り合いの活動をされています。

コロナ禍前に培った住民同士のつながりを活かして“できることを続ける”“小さなことでも模索し実践する”という姿が印象的です。

ポイント

- 食糧等を配付しながら声かけ運動
- 花壇づくり等の屋外の活動は継続！

コロナに負けない！ 地域活動4つのポイント

ワクチン接種後も「3密の回避」「マスク着用」「手指消毒」の感染予防対策の継続をお願いしています。（*厚生労働省等）感染予防に取り組みながら新たな活動様式と一緒に考えていきましょう。

①感染予防対策の基本

- マスク着用
- 活動前に検温
- 手洗い・手指・共有物などの消毒
- 飛沫防止のため 大声を出さない
- こまめに換気
- 人と人との間隔
- 活動中の食事は控える
- 活動内容の見直し
- 参加者名簿をつくる

③活動内容の工夫

これまでの活動内容にこだわりすぎず、活動再開に向けてどのような方法が安全に楽しめるか参加者みんなで話し合しましょう。「集まっていた目的は何だったろう？」「お互いの顔が見れば、これまでと同じ内容でなくても楽しめるかも？」参加者の強み（得意なこと）にも着目するといいいアイデアが出てくるかもしれません。

- 例えば）会食 → 弁当持ち帰り
- 料理の会 → 手芸の会
- カラオケ → レクレーション や ストレッチ

②ICT（スマホ・パソコン）の活用

ZOOMなどのWebミーティングを活用した会議、動画サービスの活用。裏面に子育て世代向け動画等のQRコードを掲載しています。

④何より楽しく活動しましょう

様々な制約がありますが参加者みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

*参考：厚生労働省「新型コロナワクチンの有効性・安全性について」、仙台市「新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン」、国立長寿医療研究センター作成「通いの場開催の⑧の工夫」、岡山市作成「地域活動等の開催における新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン」