

「ウィズ コロナ」時代の  
地域ふくし活動・ボランティア活動のてびき

(第1版 2020年 7月 15日発行)



《発行》社会福祉法人 大阪狭山市社会福祉協議会

《はじめに》 … P.2

《もとの活動にもどるための段階的な再開について》 … P.3

《地域活動・ボランティア活動再開にあたっての注意点》 … P.4～6

《取り組みのアイデア》 … P.7～8

## 《はじめに》

国内外での新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、私たちの生活にも甚大な影響が広がっています。

感染拡大を防ぐための、緊急事態宣言期間中の外出自粛や、感染リスクを避けるための行動は少しずつ効果を上げているようですが、それと同時に私たちの日常生活の中で人が集って、顔を合わせて交流することが制限され「社会的なつながり」も希薄化せざるを得ない状況となってしまいました。

このような状況が長期化することで、運動不足やストレス等で身体的・精神的に課題を抱える方や、経済的な生活困窮に陥る方も多く、今後も福祉ニーズの深刻化や新たなニーズの発生が懸念されます。

5月はじめに厚生労働省より提言された「新しい生活様式」では、国民ひとりひとりの基本的感染対策や、日常生活を営む上での基本的な生活様式、日常生活の各場面別の生活様式等が示され、今後、様々な活動の再開に向けて個人・団体が意識して取り組んでいく必要があります。それを受けて、本会では地域活動やボランティア活動を再開していく上で留意すべき点を、関係省庁等から発行された資料を参考にし、まとめたガイドラインを作成いたしました。

これに沿って行えば「正解」、「絶対にうまくいく」というものではありませんが、これまでみなさまが長年かけて築き上げてきた「つながり」や「活動の意義」を失わないためにも、各活動の段階的な再開についてご検討いただくとともに、「ウィズ コロナ」といわれている中で新型コロナウイルスと上手く付き合いながら、活動を再開していくヒントにいただければ幸いです。



## 《もとの活動へ戻るための段階的な再開について》

現時点で、新型コロナウイルス感染症の終息時期の見通しが立っていないため、各活動を実施する判断が難しい場面がありますが、活動に対する想いや、つながりを途切れさせず、できることから始めていくことが大切です。

例えば、最初は少人数で開催する、屋外で開催する等から始め、徐々に参加者を増やしていくなど「段階的な再開」を検討していきましょう。



<b>段階1</b>	<b>集まらなくてもできることをやってみる（外出自粛時）</b>
感染症が流行・拡大している緊急事態宣言発令中や、予測されている第2波、3波の影響が万が一、出てきた場合は、対面での接触が制限されるため、個人あるいは家の中で取り組むことのできる活動を検討してみましょう。	
(例)・電話や手紙、往復はがき、メール等で定期的なやりとりをする ・オンラインのビデオ通話などを活用する ・家で取り組むことができる体操やクラフトを提案する 等	



<b>段階2</b>	<b>少人数でできる取り組みへ移行</b>
感染症の流行が落ち着いてきたら、三密（密閉、密集、密接）をつくらないように工夫して、少人数で集まる、屋外での活動を中心に行うなどの対策をとり、注意した上で活動を実施しましょう。	
※P.4～6「活動再開にあたっての注意点」を参考にしてください	



<b>段階3</b>	<b>少しずつ人数を増やした取り組みへ移行</b>
収束期に入ったら、三密対策や適切な距離を保つ等の対策を続けつつ、集まる人の人数を少しずつ増やすなどの試みをしていきます。	
※P.4～6「活動再開にあたっての注意点」を参考にしてください	



<b>段階4</b>	<b>通常の活動の再開</b>
関係省庁等から新型コロナウイルスの感染拡大が終息したと宣言された場合は、通常活動へ戻っていきます。	
※これまで取り組むことが出来なかったプログラムや、参加できていなかった方々への声かけなどのフォローを行っていきましょう。	

## 《地域活動・ボランティア活動再開にあたっての注意点》

P.3の段階2、段階3で実施する場合の工夫・配慮する点を挙げています。なるべく多くの工夫や配慮を取り入れて、無理なく再開していきましょう。

### ◆ひとりひとりが出来ること

いずれも自分自身の健康を守るだけでなく、周りの人たちの健康を守るための配慮でもあります。

- ① 手洗い、うがい、洗顔などをこまめに行う
- ② マスク着用での参加
- ③ 咳エチケットの励行
- ④ 直近で体調が悪い、発熱症状があった人は参加を自粛する



### ◆三密（密集、密接、密閉）を避ける

- ① 日にちや時間を分ける等して、少人数での開催  
参加者が大人数になる場合、会場が密集空間となります。1回あたりの人数を減らして開催しましょう。
- ② 定期的な換気を行う  
特に夏や冬はエアコン等の関係で会場が密閉空間になりがちです。30分に1回程度、複数の窓や扉を開放して十分な換気を行いましょう。
- ③ プログラムの内容を調整する  
密着して行うレクリエーションや、大きな声を出すプログラムは飛沫感染のリスクが高いといわれています。しばらくの間は控え、代替プログラムを考えてみましょう。また、外部から講師や演者等を招くプログラムも初期は見合わせましょう。

## ◆会場のレイアウト等を工夫する

### ① 人と人との間の距離を一定に保つ

最低1m。できれば2mの距離を保つことが推奨されています。

### ② 対面で座らない

向かい合わせに座らず、対角線で座る等の座席のレイアウトを考える。

### ③ 屋外でのプログラムを検討する

天気や気候の良い日は、屋外で行うプログラムを計画してみましょう。

## ◆その他の注意点



### ① 消毒の徹底

参加者やボランティアの手先の消毒を行きましょう。また、机、ドアノブや手すりなど多くの方が触れる場所や、お手洗い等の清掃・消毒にも留意しましょう。

### ② 飲食物を提供する場合

もし会食会等で飲食物の提供を行う場合はより注意が必要です。お皿やコップは個別に分けて使用する、出来るだけ個別包装のものを選ぶなどの工夫が必要です。また、食事中的会話は飛沫感染のリスクがあるため、控えめにするよう呼びかけましょう。

### ③ 開催時間を短縮する

例えば、これまで2時間で開催していたものを1時間30分に短くして開催するなどの工夫をしてみましょう。

### ④ 参加者名簿をつける

いつ、誰が参加したということを当面の間、名簿として記録し残しておきましょう。



## ◆人に寄り添う

### ① こんな時こそ「互助の精神」で

先行きの見えない新型コロナウイルス禍により誰もが当事者となり、たくさんの方が多かれ少なかれ不安やストレスを感じています。こんな時だからこそ、互いに思いやりをもった「お互いさま」の優しい気持ちで接し、一緒に苦境を乗り越えましょう。

これまで繋がることができなかった人と繋がるきっかけができるかもしれません。

### ② 様々な価値観を認め合いましょう

参加者やボランティア協力者の中には、「今はまだ参加を控えたい」という考えをお持ちの方もいらっしゃると思います。まずは各々の暮らしを第一に考えていただき、参加や協力を強制せずに、「もう少し時間をおいて開催する」、「今は参加しない」、「部分的な協力」というような様々な選択肢もとれるように柔軟に考えていきましょう。

### ③ サロン等の活動で日常生活の困りごとを抱えた方がいた場合

様々な生活課題や心配事を抱えていた場合、ちょっとした変化にすぐに気づくことができるのは身近な地域住民のみなさまです。

困りごとの内容によっては、対象者へ公的な相談機関についての情報提供や、代理相談などで課題が重篤化する前の早期発見につながる可能性があります。



## 《取り組みのアイデア》

### ◆集まる以外のやりとりも

#### ① 日ごろ顔を合わせていた人たちに定期的にお手紙を送る

他市の取り組みでは、サロンへ参加していた高齢者宅へ往復はがきで送付して、お返事をもらったり、何かのテーマでメッセージや川柳、クイズの答えなどを寄せてもらって各自治会・地区会の広報物で紹介する等、離れていてもふれあいの活動を行っているところもあります。

#### ② 電話やオンラインのビデオ通話と活用する

定期的に電話で声かけをして会話することも、互いに元気がでますし、様子の変化などに気づきやすくなります。

また、最近ではオンラインでのビデオ通話ができるソフトやアプリが注目され、LINE、ZOOMなど様々なものでビデオ通話をすることができます。ハードルが高いと感じる方や、機械が苦手な方が取り残されることを心配かと思いますが、少人数で実験的にやってみたり、サロンの打ち合わせとして役員さん数名で試してみる等、新たな方法も模索してみましよう。



#### ③ それぞれの家でできることを考えてみる

地区会館には集まれないけど…。例えば家にいる間にみんなで「手縫いマスク」を作って自分で使ったり、必要としているところへ寄付するなど、同じ目標をもって一緒に取り組む活動もあります。

## ◆屋外のメニューを考える

### ① 体を動かしたり、景色を楽しむメニューを考える

健康体操、ピクニック、健康ウォーキング、お花見、紅葉狩り 等

### ② 屋外に机や椅子を設置し実施

会館の近くなどの屋外で簡易的な会場を設営してみましょう。

※天気や気温等に十分に注意してください。



## ◆会食の対応を考える

### ① 配食への切り替え

集まって一緒にお弁当を食べる「会食会」の開催に抵抗がある場合は、お弁当を各対象者宅に配る「配食」に切り替えるなどの方法があります。

### ② 透明ビニールシートやアクリル板を使ったパーティションの活用

市役所や銀行の窓口や、お店でもよく見かける透明のパーティションを正しく設置すると飛沫感染のリスクが低くなります。

簡易的なものはホームセンターで入手できるもので作成することができます。設置方法によっては自治会館や地区会館の管理者の許可が必要となります。

