

コロナ禍でも人と繋がるヒントブック

コロナ禍でもサロン等の地域活動をすすめるために

(はじめに)

人と人の繋がりがコロナの影響で絶えることの無いように、本資料を作成致しました。この資料は、再開を検討しているサロン等がどのようなステップを踏む必要があるかをまとめたものです。他サロンの例も記載しましたので参考にしてみてください。活動者も一人の生活者として、自分の暮らしも大切に、決して無理をしないようにしましょう。

本資料に沿って、東京都健康長寿医療センターが制作した「通いの場×新型コロナウイルス対策ガイド（第2版）」をご確認いただくことで、再開の一助になれば幸いです。

※東村山市内の実践事例に基づくものです。

1 スタッフ全員で活動の目的等、改めて意見交換をしましょう！

再開したい気持ち、不安な気持ちなど、様々な気持ちをスタッフ間で話し合い確認しましょう。

【皆さんの声や工夫】

- ・再開してみんなの居場所を作りたいが、万が一その場で感染者がでたらと思うと休止しておいた方が良くないかと思悩んでしまう。
→スタッフ同士で話したらみんな同じ気持ちでいるとわかり、安心できた。活動に関しては慎重に考えたい。

チェック

□ 活動していた目的を確認し、目的にあう再開方法を考えましょう。

コロナ以前と同じ状態で実施することだけが再開ではありません。スタッフ含め、参加者との繋がりを絶やさないために出来ることはあります。他人を思い、気に掛けることが大切な繋がりなのです。自分たちにあった再開方法を考えましょう。

再開方法①…集まらずに繋がる再開方法へ

本紙の読み方【1ページ→2ページ→5ページ】

再開方法②…集まって繋がる再開方法へ

本紙の読み方【1ページ→3ページ→4ページ→5ページ】

もし困ったら…

- ・ご連絡いただければ担当も一緒に考えます。打合せの機会にお声かけください。連絡先は本紙5ページをご覧ください。

集まらずに繋がる再開方法



2 みんなが再開したいと思ったら …対策ガイド3ページ

【皆さんの声や工夫】

- 会場に集まるのはまだ不安、みんなが集まれる会場もない…。
 - 参加者とスタッフで電話を使ったしりとりや伝言ゲームを試みた。
 - 脳トレ問題を定期的に郵送することにした。
 - 月に1回ウォーキングをすることにした。
 - オンラインの活用を試みた。
 - お手紙や交換日記など相互にやりとりが出来るものを実施することとした。

チェック

□ コロナ対策として、注意点などを確認して活動のルールを設定しましょう！

集まらずに繋がる活動にも気を付けなければならない点があります。

- 活動内容について理解を得る

普段とは異なることを実施するため、戸惑う方もいらっしゃるかもしれません。実施するうえで、サロン参加者の様子に気を配りましょう。

例) 一度手紙(電話)にて説明をしてから実施した。
- 費用面

配布物の印刷や郵送などの費用の発生が考えられます。スタッフ間で検討しておきましょう。
- 感染対策

ポスティングなどを行う場合には、スタッフに対して感染対策グッズを配布することも考えられます。

例) 携帯できる手指消毒アルコール液
- 個人情報の取り扱いについて

電話番号、FAX番号、住所、メールアドレス等は個人情報にあたります。取り扱いは十分に注意しましょう。

もし困ったら…

- ご連絡いただければ繋がりを絶やさないために出来ることを一緒に考えます。連絡先は本紙5ページをご覧ください。



本紙5ページへ

集まって繋がる再開方法



2 みんなが再開したいと思ったら …対策ガイド3ページ

チェック

□ コロナ対策として、注意点などを確認して活動のルールを設定しましょう！

- 会場の定員の確認
密を避けるため、各会場で今までより少ない定員設定がされています。
- 実施可能な活動内容の確認
会場によっては今まで可能だった内容が禁止されていることもあります。
例) 歌・カラオケ、楽器演奏、飲食、調理など。飛沫の激しいものや同じ備品を使いまわすことは避けましょう。

【皆さんの声や工夫】

- 定員内に参加者数がおさまらない！
→会場を2つにした。隔月で参加してもらうようにした。屋外での活動にした。
- 今までの活動が出来ない！
→脳トレや折り紙など個々でできることを実施した。
→調理はできないが、レシピ講習として座学にした。
→息のあがらない軽体操にした。

もし困ったら…

- ご連絡ください。一緒に会場を探したり、それぞれにあった活動内容などを一緒に考えます。連絡先は本紙5ページをご覧ください。



3 再開が決まったら …対策ガイド3ページ

チェック

□ 必要な備品を揃えよう！

感染予防のために必要なものを準備しましょう。会場ごとに、必要な備品も変わります。あらかじめ確認しておきましょう。

【皆さんの声や工夫】

- 手指消毒のアルコールは、敏感肌の方の物も用意。忘れた方の為にマスクを用意。裸足で入れない部屋なので、忘れた方用に靴下を用意。

□ 参加者へ案内しましょう！

参加にあたって設定したルールや、今までとの変更点をお伝えします。感染対策をしていることもお伝えすることも安心感に繋がります。

例) 飲み物は各自で持参してもらおう。屋外での実施となる。レク内容が変わる。
各自で検温をしてから来てください…など。

【皆さんの声や工夫】

- 内容は決まったけど、どのくらいの時間過ごしても良いの？
→話し合っって時間を短縮した。例) 今まで2時間だったが1時間にした。
- 参加費を受け取る際のお金のやり取りが不安。
→触れる機会をなくすため、数カ月単位で後払いにした。
→お釣りの無いように促し、手渡ししなくて良いように箱を設けた。

もし困ったら…

- ご連絡いただければ案内文書の参考例をお渡ししたり、案内したほうが良いこと、案内方法などを一緒に考えます。連絡先は本紙5ページをご覧ください。



4 開催当日、安心安全な活動を心がけよう！ …対策ガイド4ページ

チェック

□ 3密防止を徹底し、お互いが安心できる場をつくりましょう。

- 会場準備
会場のレイアウトや換気方法など意識してセッティングしましょう。
- 受付
毎回参加者を把握する必要があります。名簿の作成など、参加者の連絡先を記録しましょう。活動後2週間経過して参加者に体調の変化がなければ名簿は破棄して構いません。
- 活動中
こまめに消毒や換気を行い、直接触れ合わないよう留意しましょう。なるべくマスクは着用したまま活動しましょう。
- 活動終了後
各会場のルールに基づき、清掃・消毒を行いましょう。

【皆さんの声や工夫】

- 受付に参加者が集中しないように、受付担当と消毒担当を分けた。
- 記名してもらわなくて済むように、予め名簿を作り丸印を付けてもらった。
- ごみは各自で持ち帰ってもらうようにした。

もし困ったら…

- ご連絡ください。活動の注意点などを一緒に整理しましょう。
連絡先は本紙5ページをご覧ください。



5 無理なく活動が続けられるようにしましょう！

地域の繋がりを保つことと新型コロナウイルス感染対策、両立しながらの活動は大変悩まれるかと思います。そういった気持ちも皆さん同じです。



□ 次に繋がられるようにスタッフ間でふりかえりましょう。

活動後はスタッフでふりかえる時間を設け、改善点などを共有しましょう。また新型コロナウイルスに関する情報は日々変化します。こまめにスタッフ間で情報や活動への思いを共有し、柔軟に対応していきましょう。

もし困ったら…

- ・不安なこと、気になることは何でも気軽にご連絡ください。職員も日々、新たな情報を手に入れられるように意識しています。一緒にひとりぼっちのいないまちづくりを目指しましょう！

（おわりに）

今までの活動が思うように実施できず、苦しい思いをされているかと思います。社会全体がうつむき気味ですが、こんなときこそ地域の活動が必要とされています。東村山市社会福祉協議会でも、皆さんと一緒によりよい地域を目指した活動ができるように努力しています。諦めず、前向きに今を乗り切りましょう。



市内の活動に関するお悩み・ご相談は下記まで

【制作】

東村山市社会福祉協議会 まちづくり支援係 042-394-6333
（各エリアの生活支援コーディネーターと連携してご対応させていただきます。）

【協力】

第5次地域福祉活動計画 WE^{LOVE}東村山プラン 場づくり応援ねっと

《参考資料》

- ・「通いの場×新型コロナウイルス対策ガイド（第2版）」
（地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター研究所）
- ・WE^{LOVE}東村山プラン 「コロナ禍のサロン活動に関するアンケート」結果