

3月 上末吉地区社協だより

発行 上末吉地区社会福祉協議会 会長 渡辺 武

報告

鶴見区社会福祉協議会・鶴見区より

「感謝状」が授与されました

『貴団体は社会福祉に深い理解を寄せられその善意により地域福祉の増進に寄与されましたここに深く感謝の意を表します』

令和2年2月22日

上末吉地区社協は“鶴見のより豊かな地域社会づくりに貢献し、にぎわいのあるまちづくり”を目的としている「つるみ夢ひろば in 総持寺」

(11月3日開催)に毎年出店参加し、その収益の一部を鶴見区社会福祉協議会に寄付しています。昨年で8回目となりました。

この出店には、地域の方々が協力して販売するおいなりさんづくりに取り組んでいます。今回この活動に対して感謝状をいただきました。



元気づくりステーション

「梶山いきいきクラブ」



梶山いきいきクラブは発足して3年になります。当初は講師の指導のもとで筋力低下や認知機能の低下を予防する軽い運動を体力に合わせ楽しくやる事がモットーで始められました。フレイル・サルコペニア・コグニサイズ等新しい言葉にもふれ予防や回復が可能のうちに行動することの大切さを学びました。梶山は坂の多い地区で近くに店舗もありません。脚や腰を痛めて歩行が困難になると途端に買い物難民となり死活問題です。高齢者が自立した生活を維持するためにはフレイルの予防が大切と痛感しました。

講師の指導は半年ほどで終わりその後は会員のみで月2回の活動を続けています。

活動内容はお互いの体調チェックに始まりエアロブレイン、スクワット、ラダー、口のエクササイズの後季節の歌を2,3曲歌って終わります。そして何よりも楽しい合間のおしゃべり。ここでの情報交換は特殊詐欺等の防犯や調理方法等に役立っているように思います。原則90分の活動ですがおしゃべりに花が咲きオーバーする事も度々です。月2回の活動だけでは機能低下を防ぐ事は難しいので普段は各自家で出来ることを習慣付けて行う事にしています。

現在、新型コロナウイルスの影響で活動は休止になっていますが、1日も早く収束し再開出来る事を願っています。(子安)

「上末吉福祉だより」を「上末吉地区社協だより」と名称変更いたしました！

地区社協って？ 活動は高齢者食事会・見守り活動、親子の集い・福祉保健講座・広報紙発行などを行っています。自治会・町内会の方や民生委員児童委員、保健活動推進員、スポーツ推進委員、青少年指導員、地域ボランティア、地元企業などで構成されています。活動費は市や区社協からの補助金や、区社協賛助会費の還元金(いただいた賛助会費の55%)、バザーなどの収益金、企業からの寄付金を財源としています。

一人暮らし高齢者のための食事会 「やよい会」へのお誘い

毎月第3金曜日 午前10時45分～

会場：末吉地区センター 参加費：200円

対象：おおむね65歳以上の一人暮らしの方

申込先：各町会の民生委員

地域の婦人部員や消費生活推進委員の皆さんが、季節の食材で心を込めた料理を手作りしています。血圧測定や季節の健康についてレクチャーなどがあります。また、ボランティアによる手品など様々なお楽しみも用意してお待ちしています。



防ごう！ 新型コロナウイルスの感染拡大 Part18



調査報告
します

新型コロナウイルスが、市民生活に大きな影響を及ぼしています。

マスク、トイレットペーパーやティッシュなどが手に入りにくくなっています。急遽決定された学校の全国一斉休校では、子どもの居場所、保護者が欠勤しなければならない場合の休業補償、給食の宙に浮いてしまった食材の損失など課題がいっぱい。イベントや人の集まる施設の休館。更に旅行の自粛でJRの売上減やツアー用バス会社や旅館・ホテルの経営悪化も伝えられています。中国から部品が入らないための製造業の停滞など経済の悪化も心配です。日本でも、感染を広げないように、それぞれが対策しなければならぬ時期でしょう。

コロナウイルスは連日テレビで取り上げられていますが、結局なにが正解なのかよくわかりません。ネット情報は玉石混交。トイレットペーパー不足を引き起こしたのは、ネットで広まったデマ情報でしたが、ここまで人々を買いだめへと動かしたのは、未知のウイルスに対する恐怖でしょう。そこで、今回は、新型コロナウイルスを取り上げます。科学的な根拠に基づく情報を手に入れることがこんなときには大切です。まるで知っているかのように書きますが、ソースは厚生労働省やWHOのホームページ、NHKニュースサイトです。

1) 新型コロナウイルスとは…

コロナウイルスはこれまでに 7 種見つかっています。このうち 4 種は一般的な風邪の原因の 10～15% (流行期 35%) を占めます。残りの 3 つが、2002 年に発生した SARS、2012 年に発生した MERZ、そして昨年 12 月から広がり始めた新型コロナウイルスです。

2) 新型コロナウイルスはどのように感染するの？

次の 2 つの方法で感染すると考えられています。

- ① 飛沫感染…感染者の飛沫（くしゃみ・咳・つばなど）と一緒にウイルスが放出されます。

この放出されたウイルスを他の人が鼻や口から吸い込んで感染します。（目からも入らしいです）

- ② 接触感染…感染者が咳やくしゃみを手で抑え、その手でドアノブなどに触れば、そこにウイルスが付きます。そこを未感染者が触ると、その人の手にウイルスが感染します。

なお、締め切った空間で、多くの人と会話するなど、咳やくしゃみがなくても感染を拡大させることがあります。



3) 現在の感染の状況

厚労省の発表によれば、3月9日 12時現在の日本の感染者は 488 人（そのうち無症状の人 49 人、空港検疫で 1 人）が確認されています。不幸にもお亡くなりになった方は 7 人です。（クルーズ船は別集計になっています）。感染者で症状があるのは 438 人、そのうち入院治療を要する者 345 人で、内訳は軽～中等度 181 人、人工呼吸器また集中治療室に入院している者 33 人、確認中 121 人、入院待機中 10 人です。

同じように、WHO のホームページでは国ごと、中国は省ごとの感染者数や死亡数が発表されています（毎日更新）。

正しい手洗い



新型コロナウイルスの感染が、国内各地で広がっています。市内の小中学校などをはじめ、区民の皆様が利用される市の施設が臨時休業するなど、皆様の暮らしにも影響が及んでいます。現在鶴見区では、区感染症対策警戒本部を設置し、最新の情報を速やかに共有するとともに区民の皆様が不安にならないよう、最新の情報を区のホームページなどで提供しています。

感染を防ぐためには、まずは、手洗いが大切です。帰宅時や調理の前後、食事の前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手洗いをお願いします。また、咳やくしゃみなどの症状があるときには、マスクの着用をお願いします。さらに、よく眠りバランスのよい食事を心がけましょう。体力が落ちると感染しやすくなり、感染した時には症状が重くなってしまうことがあります。

今後の感染拡大を防ぐためには、皆様お一人おひとりの行動が非常に重要になってきます。感染拡大防止にぜひ皆様のご協力をお願いします。

鶴見区福祉保健課長 市川裕章

4) 現在おこなわれている治療法は？

特効薬がまだないため、解熱剤、咳を鎮める薬、点滴などの対症療法を行い、この結果、ウイルスに対する抗体が作られるようになってウイルスが排除され、治癒すると考えられています。発熱・咳などの症状がなくなり、鼻腔や気管などからウイルスが検出されなくなると、治癒と判断されます。

テレビの情報番組では、専門家が繰り返し「重症者を救う」ことの必要性を訴えています。感染した場合、重症化しやすいと報告されているのは糖尿病、高血圧、心疾患、脳血管疾患、がんなどの持病がある人です。高齢者の場合、こうした疾患を持っている人の割合が高いため、結果として高齢者は重症化しやすいと思われる。

5) 致死率は？

WHO が派遣した各国からの専門家と中国の保健当局の共同調査の報告書が 2 月 29 日に公表されました。2 月 20 日までに中国で感染が確認された 5 万 5924 人のデータに関する分析です。

- 感染すると平均で 5～6 日後に症状が出る
- 感染者の約 80% は症状が比較的軽く、肺炎の症状は見られない
- 呼吸困難等をとともう重症患者は全体の 13.8%
- 呼吸器不全や敗血症など、生命に関わる重篤な患者は 6.1%

- 感染者全体の致死率は 3.8%
- 80 歳を超えた感染者の致死率 21.9%
- 武漢では致死率 5.8%、他の地域は 0.7%
- 1 月 1 日～10 日までの致死率 17.3%だが、2 月 1 日以降発病した患者の致死率 0.7%
→医療水準が向上した結果

武漢の致死率が突出しているのは、武漢で最初に発生したため、医療崩壊が起きたからと考えられています。

現時点で大切なのは、医療体制を整えることだとわかります。

6) 感染拡大を防止するために私たちにできること

上記困み記事に区福祉保健課の市川課長が書いてくださっていますので、参考にしてください。

コロナウイルスは消毒用アルコールや石鹸で死滅します。アルコールがなくても石鹸・流水で手を洗うことが有効です。その手を拭くのもペーパータオルやティッシュで、拭いたあとは捨てることと安心ですね。

高齢や基礎疾患のある方は、朝夕、体温測定をし、大勢が集まる集会場などへは行かない、また、インフルエンザワクチンや肺炎球菌ワクチンを医療機関で受けましょう（日本感染症学会が 2 月 21 日に発信したメッセージから）



予定

「三ッ池公園フェスティバル」
5/16 (土) 9時半~15時

恒例のフェスティバルが今年も賑やかに行われます。

今年はオリンピックイヤー。オリンピックに因んだブースが設けられます。

様々な体験コーナーや、100店舗に及ぶフリーマーケットでの掘り出し物のお買物、運動広場ではキッズダンスやコーラス・フラダンスなど区内で活躍しているグループが日頃の成果をの発表します。

上末吉地区婦人部も出店、熱々のフランクフルトや飲み物を用意してお待ちしています。

清々しい緑の風の吹き抜ける公園に散歩がてらぜひお出かけください。

※荒天中止



◎まだまだ鶴見警察署管内では 特殊詐欺事件が多発しています！

特殊詐欺発生状況

令和2年3月4日現在

件数 8件 被害額 1,552万円

オレオレ詐欺	2件
預金詐欺	1件
還付金詐欺	1件
すり替え型窃盗被害	4件



■事実のない請求には「応じない」「連絡しない」「警察に相談する」等お金の話が出たら詐欺だと思ってください。

振り込め詐欺の被害に遭わないための心構え

● 電話でお金の話は詐欺

電話でお金の話が出たらその時点で詐欺を疑いましょう

● 必ず変更前の番号に確認

「携帯電話が変わった」という電話があったら「十中八九詐欺犯人」と思うこと

(携帯電話が変わっても番号は変わらずに使えます)

● 本当の家族かどうか確認

子どもや孫から電話があったら家族かどうかを

「ペットの名前」で確認すること

(ペットがいなくても使えます)

● 現金やキャッシュカードを預かるという電話は詐欺

警察官や金融機関職員等が自宅まで現金やキャッシュカードを取りに行ったり、暗証番号を聞き出すことは絶対にありません

● 「お金を返すからATMに行け」は詐欺

「社会保険庁」や「社会保険事務所」といった機関を騙ることもあります。(今はどちらも使われていない名称です)

● 留守番電話大作戦

電話を留守番電話に設定するのが効果的です



鶴見警察生活安全課ホームページより

カ

レ

ン

ダ

ー

4月 3日 (金) 金曜えがお亭

4月 17日 (金) やよい会

4月 20日 (月) ぽんぽこりん広場

5月 1日 (金) 金曜えがお亭

5月 15日 (金) やよい会

5月 18日 (月) ぽんぽこりん広場

5月 22日 (金) 老人の集い

6月 5日 (金) 金曜えがお亭

6月 15日 (月) ぽんぽこりん広場

6月 19日 (金) やよい会

7月 3日 (金) 金曜えがお亭

7月 17日 (金) やよい会

7月 20日 (月) ぽんぽこりん広場

7月 24日 (金) 老人の集い

