

令和2年7月28日

電話

手紙・  
届けもの

オンライン

# コロナの中でも つながる方法

うちで  
できること

訪問

気をつけて  
集まる

社会福祉法人 大阪市社会福祉協議会

- 新型コロナウイルス感染症の動向を踏まえて、4月30日に作成した「集まれなくてもつながる方法」をバージョンアップしました。
- 新たに「気をつけながら集まる方法」の部分を追加収録。活動再開を考える際の参考資料として活用してください。

## 目次

1 つなかりを絶やさないために .....	2
(1) 不安と混乱と戸惑いの中で	
(2) まずは自分の暮らしを第一に	
QA 特に高齢者が気をつけるポイント / 「新しい生活様式」の実践例	
2 集まれなくてもつながる方法 .....	4
(1) 電話でつながろう	
(2) 手紙・届けものでつながろう	
(3) オンラインでつながろう	
(4) うちでできることをシェアしよう	
QA 訪問するときの注意点	
3 気をつけながら集まる方法 .....	9
(1) 活動の目的と、この間の状況を見つめ直そう	
(2) 関連するガイドラインや資料を確認しよう	
(3) 夏場は熱中症にも気をつけよう	
(4) 話し合って、方向性を決めよう	
(5) 具体的な準備・対策をして、再開へ	
(6) ふりかえって、次につなげよう	
4 ピンチをチャンスに .....	16
資料集 .....	17
(1) 感染予防対策のための関連資料集	
(2) 広報誌「大阪の社会福祉」関連記事集(令和2年4月～7月発行号)	
(3) 大阪市内・全国各地の取り組みを知るために	

## ▶ 本冊子の使い方

- ① さまざまな地域福祉活動、ボランティア・市民活動に取り組む方が、新型コロナウイルス感染症の影響下での活動の方向性や方法を考えるための参考資料として

② 社会福祉協議会の職員が、活動者・活動団体の方への助言・支援や、情報収集・発信をするための参考資料として

(共有する場面・相手に応じて、内容を一部抜粋・要約、編集するなどして活用することも可能です)

※ 本冊子では「社会福祉協議会」について、一部「社協」の略称で記載しています。

# 1 つながりをつなぐために

## (1) 不安と混乱と戸惑いの中で

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、私たちの生活は大きく変わりました。大阪府には令和2年4月7日に緊急事態宣言が発出され、外出の自粛、イベントの開催自粛、そして人との接触を減らすことが要請されました。その後、大阪府では5月21日に緊急事態宣言が解除(5月25日に全都道府県で解除)されましたが、国が示す「新しい生活様式」(P.3参照)を基本として、感染予防に留意した生活を送ることが求められ、予断を許さない状況となっています。

この感染症の影響により、地域福祉活動やボランティア・市民活動に取り組んできた方々は、活動の中止が相次ぎ、戸惑いや葛藤、やり切れなさ、一方で自分自身の健康や暮らしにも不安を覚えながら、複雑な気持ちの中で過ごしてきたことと思います。人が集い、ふれあい、顔を合わせて交流することが醍醐味の活動が制限されるという、これまでにない事態。先が読めないうえ、思いを交わし合うための集まりすら難しい状況が続きました。

このような状況にあっても、つながりが途切れることなく、お互いの暮らしを気にかけるには、何ができるのかを考えるため、さまざまな活動に関わる方(活動者や社会福祉協議会職員など)の参考になるように本冊子を作成しました。

冊子の内容は、4月30日に発行した「集まれなくてもつながる方法」をもとにしていますが、感染症の動向や、地域福祉活動やボランティア・市民活動の状況などを踏まえて、活動再開に向けてのポイントや参考資料などを追加収録し、更新しています。タイトルは「コロナの中でもつながる方法」と改めました。

感染予防を徹底すればどうしても見守り・つながりが弱まってしまう、しかし、対面でのコミュニケーションにはリスクがつきまとう…というジレンマを感じる人が多いかと思います。「こうすればすべてうまくいく」という方法はありませんが、一呼吸置いて自分自身のこと、自分たちの活動を見つめ直しながら、これからできることを考えるためのヒントにいただければ幸いです。

## (2) まずは自分の暮らしを第一に

今回の事態は、誰もが当事者であり、自分ごとに感じる問題となっています。多かれ少なかれ、感染のリスクや、自分が広げてしまう側になるかもしれないという不安を感じるものです。仕事や家庭生活への影響があったり、高齢であることや、基礎疾患があるなど健康への不安をもっている人はなおのことと思います。

活動者の方も、まずは一人の生活者として、自分や家族の暮らしを第一に、健康管理や感染防止に十分留意しながら、決して無理しないことを原則にしましょう。

そのうえでこれまで活動を通してつながってきた人や、同じ地域に住む人へ、今できること、そして今後に向けて必要なことを、無理のないタイミングで、できることから考えていきましょう。

## Q. 新型コロナウイルス感染症について、特に高齢者の方が 気をつけるポイントは？

A. 高齢者の方が新型コロナウイルスに感染すると重症化しやすいことが明らかになっています。感染リスクを下げるためには、手洗いを中心とする感染予防が大切です。

一方、感染を恐れるあまり、外出を控え過ぎると、動かないこと（生活不活発）による健康への影響が危惧されます。

「動かない時間」が増えることで、身体や頭の動きが低下してしまいます。歩くことや身の回りのことなど生活動作が行いにくくなって、フレイル（虚弱）が進んでいきます。

フレイルが進むと、体の回復力や抵抗力が低下し、疲れやすさが改善しにくくなります。また、インフルエンザなどの感染症も重症化しやすい傾向にあります。フレイルを予防し、抵抗力を下げないように注意が必要です。

※大阪市ホームページ「新型コロナウイルス感染症で高齢者の方に気をつけていただきたいポイント」（担当：福祉局 高齢福祉課）から抜粋（令和2年6月15日）

【参考】「新しい生活様式」の実践例（厚生労働省ホームページ／令和2年6月19日）

### 「新しい生活様式」の実践例

#### （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。
  - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。**
  - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 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な生活様式

- 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（エアコン併用で室温を28℃以下に） □身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 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



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い

※一部のみ抜粋しています。



## 2 集まれなくてもつながる方法

大阪市内では、新型コロナウイルス感染症が広がる中であっても、「今できることは何か」「形を変えて何か行動できないか」と、つながりを絶やさないためのさまざまな実践が見られました。ここでは、「集まれなくてもつながる方法」を、(1)電話、(2)手紙・届けもの、(3)オンライン、(4)うちでできることの4つに分けて紹介します。

また、配食活動や気になる世帯への見守り活動など、対面による訪問を実施する際は、P.8を参照してください。

これらの方法は、「活動が再開すればもう関係ない」というものではありません。引き続き、「直接集まることと併用する」「多人数で集まる活動を置き換える」「今後再び感染拡大が起こったときのために」といった発想で取り入れることも考えていきましょう。



▲高齢者の声を聞き取り、体操チラシを作成。見守り訪問ツールとして活用 **中央区社協**

### (1) 電話でつながろう

- ・これまで活動に参加していた方の安否確認や、メンバー間のコミュニケーションのために、日頃から使い慣れている電話は有効です。特別な用件はなくても会話することで、閉じこもりがちな生活の中で「誰かが気にかけてくれている」「つながっている」という気持ちが芽生えます。
- ・特にこれまで見守りや、居場所づくりの活動を通して、気にかけていた人(一人暮らしの人など)についての情報を改めて整理して、個別に連絡することは、お互いの安心感や、何かあったときに SOS を出せる関係につながります。その中で、気になることがあった場合は、区社会福祉協議会、地域包括支援センターなどの相談機関や、場合によっては行政・医療機関などに相談しましょう。

## (2) 手紙・届けものでつながろう

- ・活動団体に関するおたより(ニュースレター)、会えなくなっている参加者へのメッセージカードをつくる動きもあります。一定のフォーマットをつくるなど負担にならないようにして、そこに一言メッセージを添えることで気持ちも伝わります。相談窓口情報のチラシや、マスクなどの衛生物品などを組み合わせて配付することもできます。
- ・接触しないために郵送するほか、活動者の運動を兼ねて歩きながら戸別にポストインすることもできます。玄関先や家の様子から暮らしぶりをうかがうこともできるでしょう。
- ・手紙や届けものは、一方通行になってしまう場合もあるので、前後に電話連絡を併用したり、ポストインする際に、インターホン越しに一言交わすことで双方が安心できます。また、往復はがきの送付(あるいは返信用はがきを含めたポストイン)を取り入れることで、返信によって安否確認や近況報告を共有するといった試みも見られます。



▲「うち日和」と題して、一言メッセージを書き込めるチラシを地域福祉コーディネーターが作成・配付 **都島区社協**

## (3) オンラインでつながろう

- ・ICT ツールを使うことで、直接会いつらい状況でもできるコミュニケーションの幅が広がります。メールや LINE(無料メッセージアプリ)は多くの人になじみがあると思います。あらためてメンバー間でのコミュニケーションツールとして使い方を見直したり、工夫次第では見守りのツールにもなります。
- ・各種 SNS(会員制交流サイト)は、活動中止の投稿が並ぶだけでは寂しいので、活動にまつわるエピソードやメッセージを共有したり、過去の記事を掘り起こしてシェアしたり、他の関連サイトのリンク記事をUPすることも考えられます。活動団体の方向性によっては、YouTube(動画共有サイト)などを使って、これまでの「見るだけ」だったところを、これを機に「発信する側」に転換していくことも考えられます。
- ・新型コロナウイルス感染症の影響もあり、一気に普及したのが「オンライン会議」です。テレビでもリモート出演を見ることが一般的になりました。さまざまなアプリケーションがありますが、例えば Zoom、Microsoft Teams、Google Meet などを使えば、インターネットを通して会議を主催したり、参加することができます。メンバー間のミーティングや、団体間のネットワークによる情報交換などに活用して、久々に思いを出し合うこと

で、気持ちの変化や新たなアイデアも生まれることでしょう。「聞いたことはあるけど、できるかな…」という人は、練習を兼ねてよく知っている人同士2～3人から試してみたり、参加を呼びかけられたときには臆せず乗ってみることをおすすめします。

- ・そのほか、Web上でアンケートを入力・集計することができるツールもあります。
- ・こうしたツールの活用に長けた人、あるいは調べれば活用できる人を見つけて、新たに取り入れることで、今後の活動の幅も広がります。

(上記アプリはいずれも無料で使用できるメニューがありますが、あくまで民間企業が提供するサービスであり、一部有料のプランもあります。また、上記に示したアプリはあくまでも一例です。それぞれの最新情報を確認のうえ、ぜひ自分たちの活動に合ったサービスを探してみてください)



◀ 大阪市社協・区社協の担当者会議でもZoomによるミーティングを導入(画面を一部加工)

#### ◆ オンライン会議に「参加」するときのポイント

- ・インターネットにつながるパソコン(PC)かタブレットかスマートフォンを用意する。ウェブカメラとマイク、スピーカー(またはイヤホン)が必要だが、PC本体に内蔵していることが多い。
- ・雑音が入らない環境から参加する。同じ場所から、複数人で参加するときはハウリングしないように気をつける。(例:PCを1台にして2人で使う。3人以上ならプロジェクターで投映するとより見やすい/PCを2台以上使用する場合は、1台のみをマイク・スピーカーONとして、その他はOFFにする。各自がヘッドセットを使用することも有効)
- ・主催者(進行役)の示す流れに沿って参加する。多くの場合、基本はミュート(マイクOFF)として、発言時のみONにする(自由な雰囲気発言し合いたいときは全員ONにする場合もあり)。互いの顔が見えるように、ビデオは全員ONにしておくことが多い。
- ・対面のときよりも、はっきりと端的に話し、大きくうなずくようにする。

#### ◆ オンライン会議を「進行・主催」するときのポイント

- ・初めての方や不安な方には事前にテスト接続を受け付け、基本操作を確認しておく。
- ・当日資料は、メールや郵送により事前共有。議題や進行イメージを明確にして、参加者に伝えておく。(例:〇〇について、一人ずつ意見をお聞きます など)
- ・冒頭に進行役から、基本操作や参加にあたってのルールの確認、時間配分の目安などを説明する。自己紹介を一巡しておく後に発言しやすくなる。
- ・議題ごとに、発言を促す方法を示す。例えば、「近況報告として、〇〇さんから名簿順に一言ずつ発言してください」「疑問点・聞きたいことがあれば画面上で挙手して、指名してからマイクをONにして発言してください」など。
- ・進行(説明や発言の促しをする)と、PC担当(入退室管理、記録メモをチャットに打ち込む、画面共有の操作など)を分担しておくによりスムーズに進めやすい。



(4) うちでできることをシェアしよう

- ・閉じこもらざるを得ない生活の中では、気持ちが沈んだり、身体機能が低下したりする人が増えることも懸念されます。そのような中、集いの場に参加していた高齢者に向けて、家でできる体操や脳トレを掲載したプリント、毎日の日記をつけられるようなプリントを配付する動きもあります。また、マスクの手作りや寄附に取り組むところもあります。
- ・子育ての分野では、こどもたちが家でできる遊びを紹介したり、各家庭での工夫をシェアすることも考えられます。
- ・このように家でできることについて、先に紹介した(1)～(3)も参考にしながら、対象者が受け取りやすく、取り組む側も過度の負担にならない形でのシェアを考えましょう。周知ツールをつくったり、みんなの声やアイデアを集めるプロセス自体も、コミュニケーションのきっかけになります。

お名前( )

## 1日の振り返り 日記をつけよう！

児童発達支援センター ぐんまこども未来センター  
埼玉県立児童発達支援センターのついで

第 1 週目

1月1日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 2 週目

1月2日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 3 週目

1月3日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 4 週目

1月4日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 5 週目

1月5日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 6 週目

1月6日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 7 週目

1月7日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 8 週目

1月8日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 9 週目

1月9日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 10 週目

1月10日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 11 週目

1月11日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

	(日)		(月)		(火)		(水)	
	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術	運動	芸術
運動・芸術								
日記のテスト								
一言日記								

第 12 週目

1月12日

運動・芸術

日記のテスト

一言日記

▲日記をつけられるプリント、体操・脳トレなどのプリントを作成して配付



▲マスクの寄附を呼びかけ、マスク不足に困っている施設へ

以上、4つに分けて紹介しましたが、単独ではなく、複数を組み合わせたり、相手・場面によって使い分けたりすることで可能性が広がります。

そのほかの手法として、つながりづくりの一環として、メッセージを募集して掲示・公開したり、書き込みできるボードを設置する取組みもあります。

また、この事態の中でも途切れることなく継続されていた日常の行動、例えば「買い物」に着目した助け合いの取組み(買い物支援や移動販売など)なども視野に入れると、さらに幅が広がるかもしれません。

## Q. 訪問するときには、何に気をつければいいの？

A. 新型コロナウイルス感染症の影響下でも、高齢者への配食を継続したり、会食会やこども食堂を配達型に切り替えて実施するところもあります。

見守りの観点から必要な場合や、感染症の動向を見ながら「訪問」を取り入れるときには、次に紹介する資料（大阪市福祉局高齢福祉課の作成チラシ）を参考に、気をつけるポイントを確認しましょう。

※同チラシは大阪市ホームページ内「新型コロナウイルス感染症で高齢者の方に気をつけていただきたいポイント」に掲載されています。

## 高齢者のお宅を見守ってくださる方へ 訪問する時の注意事項

### 訪問前後

#### ●体調確認

発熱などの風邪症状がある時は  
訪問しない

#### ●マスクを正しく装着

鼻や口を正しく覆えているか確認

#### ●帰宅後すぐ石けんで手洗い・うがい



### 訪問時

#### ●アルコールで手指を消毒する

訪問先の門やブザーを触る直前  
訪問先を離れたらすぐ

#### ●屋外で話す

お互いに手を伸ばして当たらない  
距離（1m以上）離れて話す  
15分以内で終える



### 訪問先の方が体調不良であった場合

#### ●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 すぐに相談が必要な場合

- ①息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱などの強い症状のいずれかがある。
- ②高齢者・糖尿病・心不全・呼吸器疾患（COPD等）基礎疾患がある方や透析・免疫抑制剤・抗がん剤治療を受けている方で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある。
- ③発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が4日以上続く。



大阪市新型コロナ受診相談センター 電話：06-6647-0641

#### ●上記以外の場合

かかりつけ医へ相談するよう勧めてください。

該当しなくても相談できます。  
新型コロナの一般的な相談は  
裏面の窓口でも受け付けています。

### 濃厚接触者とは？

- 新型コロナウイルス感染が確定した患者さんと同居している家族、長時間乗り物に同乗した方
- 適切な感染防護対策なしに患者さんを診察・看護・介護した方
- 患者さんの体液等に直接触れた方
- 素手で触れることのできる距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策なしで、患者さんと15分以上接触があった方（周辺の環境や接触の状況等から総合的に判断）

【参考】国立感染症研究所 感染症疫学センター「新型コロナウイルス感染症患者に対する積極的疫学調査実施要領」より

### 3 気をつけながら集まる方法

4月30日に作成した「集まれなくてもつながる方法」では、人と人々が集まる活動の再開について、次のように記載していました。

状況が落ち着いてきたら段階的に、比較的风险が低い場面として、3つの密（密閉、密集、密接）をつくらないように気をつけて少人数で顔を合わせることや、屋外での活動（例：公園での体操、会館近くの広場での居場所活動など）などが取り入れやすくなるかもしれません。人が集まる活動について、いざ再開するときには何が必要か、例えば、体調・体温チェック、手洗いの徹底、消毒、換気、会場レイアウトの工夫など、気をつけておく点を想定しておくこともできます。これまでの活動の人数規模や実施場所・方法について、感染予防の観点から見直すことでリスクを下げることもできるでしょう。

先が見えづらく、暗い気持ちになりがちな状況ではありますが、活動に対する気持ちや仲間同士の思いを途切れさせず、何かしらの希望が見出せるように、お互いに連絡を取り合ったり、落ち着いたタイミングで社会福祉協議会などに相談をしたり、他地域・他団体の取組み情報を聞いてみることも一つです。

緊急事態宣言が解除され、ガイドラインも整備されつつあります。「活動を楽しみにしている人たちのつながりと健康を維持できるように再開したい！」という思いの一方、「感染リスクをゼロにはできない中で、具体的にいつどんな方法で再開すればいいか…」と迷いや葛藤を感じることも多いでしょう。また、再開を決断したものの、ふれあいの要素やコミュニケーションの機会を削らざるを得ず、戸惑いを感じることもあるかもしれません。

このような中で、その時々状況に応じたよりよい選択ができるように、検討のポイント、関連する資料をまとめました。（感染対策の詳細や再開基準を示すものではありません）

活動者の方々には、再開に向けての思いや悩みを、社会福祉協議会の職員などにも相談していただきながら、必要な検討や話し合いを進める一助になれば幸いです。

社会福祉協議会の職員は、この状況下で活動者の方々が抱く複雑な気持ちに寄り添いながら、ともに考え、情報整理や提案をする際に、この資料の内容も参考にしてください。

#### (1) 活動の目的と、この間の状況を見つめ直そう

- ・この事態を機に、そもそもの活動の目的と、数か月の休止期間のことを見つめ直してみましょう。
- ・目的を見つめ直すときには、“その活動は、誰にとって、どんな意味のある場だったのか”と考えてみてください。活動に参加していた人たちは何人ぐらいいて、何を楽しみに参加されていて、休止中はどのように過ごしていたのか。活動を担う人たちにとっては、どんな場だったのか。長年続けてきた活動の場合、当初の目的が変化したり、広がっていることに気づくかもしれません。
- ・外出自粛期間が明け、徐々に顔を合わせる機会が増えつつある中、顔の見えるつながりの大切さを身にしみて感じたり、これまで以上に「再開したい」と強く思った人もいることでしょう。一方、これまでとは違う活動方法を取り入れたり、新たな出会いやつながりを



経験して、「こんなつながり方もありかも」という気づきを得た人もいると思います。

- ・ガイドラインの確認や、具体的な対策だけに目を向けることなく、活動に関わる一人ひとりが、このような視点でふりかえり、自身の思いにも目を向ける、それをグループ内の身近な人や、社会福祉協議会の職員などと共有することから始めましょう。

## (2) 関連するガイドラインや資料を確認しよう

- ・この間、さまざまなガイドラインが作成・発出されています。自分たちの活動に、あてはまるものは何か。各区、大阪市、全国的なものも含めて、最新情報を確認しましょう。
- ・活動内容に関するものだけでなく、会場ごとの使用のルールも必ず確認しましょう。(特に、定員が変更されているところもあるので気をつけましょう)
- ・いずれも「新しい生活様式」(P. 3)が基本となっています。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(手指消毒薬の使用も可)や、3つの密(密閉、密集、密接)を回避することなど、再度確認しましょう。
- ・ここでは大阪市での代表的なガイドライン・参考資料や、全国的な関連資料について紹介します。これらをもとに、より使いやすい「チェックリスト」を独自に作成しているところもあります。



### ● 地域活動の再開検討ガイドライン (大阪市)

- ・地域団体の活動を再開するための必要な対策や実施判断の参考として、区長会議において策定されたもの。「対策編」と「チェックリスト編」があります。(大阪市としての標準版であり、各区において実情に応じて活用)

(本冊子内 P.17掲載)

<https://www.city.osaka.lg.jp/shimin/page/0000505469.html>

### ● 百歳体操などの活動を始めるときに気をつけたい 10のこと (大阪市)

- ・「百歳体操」を基本として、保健師の視点からまとめられています。
- ・「10のポイント」がわかりやすくまとめられており、百歳体操に限らず、人が集う多くの活動で共通する部分もあり、参考にすることができます。

(本冊子内 P.18掲載)

<https://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/cmsfiles/contents/0000499/499298/0515katudou.pdf>



## ● こども食堂・フードパントリー開設簡易ハンドブック (NPO 法人全国こども食堂支援センター・むすびえ)

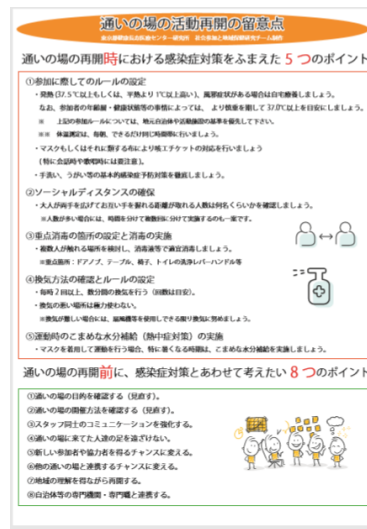
・小児科医が監修し、こども食堂やフードパントリー(食事を配付し、受け取ることができる拠点のこと)開設の手順や注意点が整理されています。

・開催可否の検討、開催に向けての団体内での協議、地域の関係者に理解を得るとき、自治体と意見交換するときなどに活用することが想定されています。

<https://musubie.org/news/2153/>



## ● 通いの場×新型コロナウイルス対策ガイド (東京都健康長寿医療センター 研究所)



(本冊子内 P.19～20掲載) <https://www.tmgig.jp/research/release/2020/0529.html>

## ● 厚生労働省による関係資料

【運営者・リーダー向けリーフレット】

通いの場を開催するための留意点

<https://www.mhlw.go.jp/content/000636964.pdf>

【参加者向けリーフレット】

通いの場に参加するための留意点

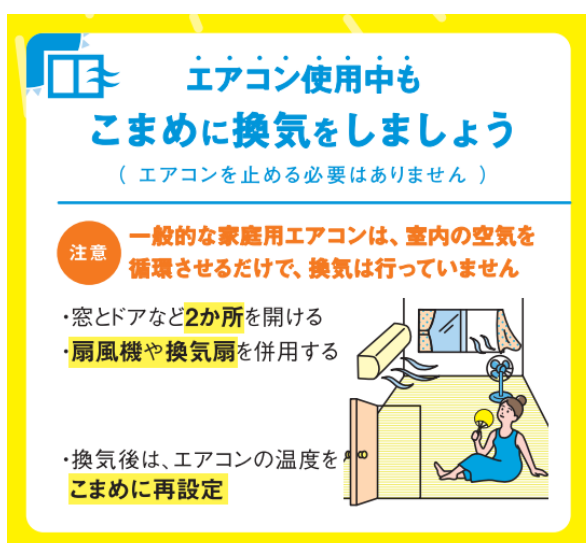
<https://www.mhlw.go.jp/content/000636966.pdf>



(本冊子内 P. 21～22掲載)

### (3) 夏場は熱中症にも気をつけよう

- ・「新しい生活様式」に基づき、マスクの着用が求められる一方で、マスクをしたまま運動をすると、熱中症のリスクが高まります。夏場は、新型コロナウイルス感染症対策と熱中症対策の両面を考え、その場に参加する人に積極的に呼びかけましょう。
- ・厚生労働省ホームページの「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントによると、マスクの着用について「屋外で人と十分な距離(少なくとも2m以上)が確保できる場合には、マスクをはずすようにしましょう。マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、マスクを一時的にはずして休憩することも必要です」とされています。
- ・また、エアコンの使用について、「新型コロナウイルス対策のためには、冷房時でも窓開放や換気扇によって換気を行う必要があります。換気により室内温度が高くなりがちなので、エアコンの温度設定を下げるなどの調整をしましょう」とされています。



◀ 環境省・厚生労働省作成  
「令和2年度の熱中症予防行動  
(リーフレット)」の一部

## (4) 話し合って、方向性を決めよう

- ・活動再開に向けての思い、感染症対策に関する考えは、人によりさまざまです。また、ガイドラインがあっても、それだけですべてを判断することはできません。そのため、活動団体の代表者・役員、ボランティアの方々と話し合い、(1)活動の目的とこの間の状況、(2)ガイドライン、(3)熱中症対策などについて一緒に確認し、思いを出し合いながら、十分な理解のもとで判断しましょう。
- ・「実際に集まるか」「集まらないでつながるか」という二者択一ではなく、活動の目的を確認しながら、両者を組み合わせた方法もあります(例:会議を中継してオンライン参加できるようにする／集まるのが難しい人には訪問する など)。また、集まる活動の再開までの手立てとして、「お弁当をテイクアウト方式で地域会館に取りに来る」など、孤立を防ぎ、顔を合わせる機会をつくることを柔軟に考えていきましょう。
- ・活動団体内での話し合いだけではなく、区社会福祉協議会や区役所などと相談して、情報を得ながらすすめることが大切です。同時に、区内の団体同士で情報交換することも意識しましょう。活動再開に向けての考え方や対策を参考にするほか、例えば「密にならないレクリエーションの方法」などは、それぞれが持つアイデアを出し合うことで、個々の活動を充実させることが期待できます。物品の調達についても、地域内・区内で連携し合うことで、安心して再開できる環境づくりがすすめやすくなるかもしれません。

## (5) 具体的な準備・対策をして、再開へ

- ・活動を再開するにあたり、該当するガイドラインや話し合った方向性に基づき、当日に向けて準備をすすめます。必要な準備・対策事項として、次のような点が想定されます。

### 【事前の検討】

- ☐ 参加にあたってのルールを決めること(体調・体温チェック、マスク着用など)
- ☐ 密にならないような場所・時間・人数・プログラム設定と環境づくり

↓

### 【開催に向けて】

- ☐ 必要な物品(例:消毒液、予備用マスク等)、掲示物(感染対策の注意事項等)の用意
- ☐ 参加者へのお知らせ(体調・体温チェック、マスク着用、感染症対策の説明など)

↓

### 【当日】

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> レイアウト・プログラムの工夫 | <input type="checkbox"/> 消毒・衛生対策の実施                       |
| <input type="checkbox"/> 換気と熱中症対策の実施    | <input type="checkbox"/> 出席者情報の確認                      など |

- ・この状況下で生活が変化する中、新たに参加対象となったり、活動に関心を持つ人もいるかもしれません。一方、これまでの参加者でも、参加に気持ちが向きづらい人もいるかもしれません。これを機に、改めて積極的に発信をする、気になる人には直接声をかけるなど、周知方法についても考えてみましょう。(ただし、基礎疾患や感染への不安など、自分から言いづらいこともあるので、無理なお誘いにならないよう配慮しましょう)



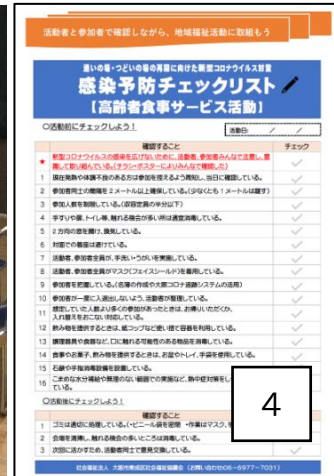
- ・周知チラシや会場内の掲示、活動再開の様子を情報発信する際など、具体的な感染対策について明記することで、より安心して運営・参加できる場になります。
- ・活動が元通りに戻ることがすべてではありません。活動者、参加者で協力し合い、状況を踏まえて折り合いをつけるポイントについても考えながら、進めていきましょう。



▲ 7月8日、4か月ぶりに会食会を再開した都島区桜宮地域。手指消毒、会食開始までのマスク着用、飛散防止用の板の設置など、万全の配慮のもと開催 **都島区社協**

## (6) ふりかえって、次につなげよう

- ・活動が終了したら、それぞれが気づいたことをふりかえり、意見を出し合い、今後に活かしましょう。
- ・今までとは違う対策への負担感や、十分なふれあい・交流ができないことへの戸惑いを覚えることもあれば、久々の再会から活動の大切さを実感したり、参加者とボランティアの間で心温まるやりとりがあるかもしれません。やりきれない思いを言葉にすることも大切ですが、問題点だけではなく、今できること・これから改善できる可能性があることにも目を向け、お互いをねぎらうことを心がけましょう。参加者から寄せられた嬉しい声や、よかった点についても積極的に共有することが次への力になります。
- ・休止期間を経て(あるいは活動の形を変更して実施する中で)個々の参加者について、「今までと違って元気がないように感じる」「もの忘れがすすんでいるのでは…」など、今まで以上に生活状況の変化が見えるかもしれません。そのような気づきを大切にして、見守り、気にかけて、必要なときには区社会福祉協議会や地域包括支援センターなどの相談機関とも連携するようにしましょう。
- ・感染症の動向や、活動にあたっておさえるべきポイントなどは今後も変化していくことが想定されます。そして、この状況下での活動展開のアイデア・工夫も、これからたくさん出てくることが期待されます。引き続き、各団体内での話し合いとともに、区社会福祉協議会や区役所、他の団体とも連携、情報共有しながら、今後につなげていきましょう。



▲ 各地域での活動再開に向けて連絡会の場やツールを用いて支援 **東成区社協**

- 1 「地域福祉活動Re:スタートセット」として、マスク、手袋、ペーパータオル、非接触体温計、消毒液、フェイスシールドなどを各地域に配付
- 2 活動者、参加者みんなで感染予防について注意し、意識して取り組むことができるように会場内に掲示するポスターを作成
- 3 「地域ケアネットワーク連絡会」の場で活動再開に向けて話し合い(深江地域)
- 4 「高齢者食事サービス活動」「ふれあい喫茶・サロン活動」「子育て支援活動」等の感染予防チェックリスト

※東成区社協のホームページでは、活動再開に向けての参考資料として、  
「通いの場・つどいの場の再開に向けて～コロナウィルス対策について～」  
(全20ページ)と、感染予防チェックリストを公開しています。

<http://www.higashinarikushakyo.jp/katsudo/>



## 4 ピンチをチャンスに

### 今だからこそ考えられる つながり方の新たな選択肢

地域福祉活動やボランティア・市民活動のうち、特に居場所づくりの活動は、この感染症ととても相性が悪く、さまざまなつながりが阻害されてしまう状況になりました。

しかし、考え方を変えると、この感染症以外にも、物理的な距離があるとき、時間が合わないとき、災害時など、「集まらない状況」は起こり得るものです。また、身体状況により集まりの場に出向けない、あるいは家庭の事情で家を離れられないなど、「集まりづらい人」もいます。

このピンチを少しでも前向きに捉えたとすれば、ここで紹介した「集まれなくてもつながる方法」は、実は「日頃からの集まらない状況や、集まりづらい人のための選択肢を増やす可能性がある」と考えることもできます。

例えば、居場所の参加者のうち特に気になる人の連絡先を整理しておくことで災害時・緊急時の安否確認がしやすくなること、また、会議にオンラインでも参加できるようにすることで直接出向くことができなくても意見を言える人が増えることなどが考えられます。

長い目で見たときに、人と人とのつながりが弱まるのではなく、今までの集まり方に新たな要素——例えば、気になる人への見守り、ちょっとした困りごとへの助け合い、災害時の対策、さまざまな場にアクセスしづらい人の社会参加——が付け加えられたり、より充実できる契機となれば幸いです。

そのためには、今までのメンバー、今までのやり方だけではなく、新たな仲間を加えて一緒に知恵を出し合ったり、さまざまな強みをもつ他の活動団体とネットワークをつくったり、企業・商店や学校なども含めた新たな協働に一步踏み出すことが近道になるかもしれません。

### おわりに

繰り返しになりますが、活動者の方は、まずは自分自身の暮らしを第一に、焦らず、無理をしないようにしてください。

「集まれなくてもつながる方法」があるからと言って、直接顔を合わせてコミュニケーションをとること、みんなで集まることの価値は決して変わるものではありません。とは言え、まだまだふれあいや交流は十分にできない中で、もどかしさを感じる状況は続くことが見込まれます。活動者、参加者、そして社会福祉協議会の職員なども一緒になって力を合わせて、その時々「今できること」を選び取っていくしかありません。

人と人との身体的な距離を保つことが求められる今こそ、改めて人と人との気にかける心や社会的なつながりをつくることの大切さ、そして、これまで積み重ねてきた活動への思いを再確認しながら、さまざまな“アイデア”や“チャレンジ”を共有して、つながりづくりの新たな一歩をともに創っていきましょう。

# 資料集

## (1) 感染予防対策のための関連資料集

地域活動の再開検討ガイドライン(大阪市) ※「対策編」2ページ目のみ

### 地域活動を実施される皆様へ 新型コロナウイルス感染拡大防止のための対策

緊急事態宣言は解除されましたが、ワクチンや特效薬が開発される日までは感染リスクを抑制しながら「新しい生活様式」を日常化するとともに、地域活動にも一定の制約が必要な状況かと存じます。徐々にではありますが安心して地域活動を始めていただくためのチェックリストをご参考として整理しましたのでご活用ください。活動再開を急ぐ必要はないと存じますので、地域のみなまで知恵を出し合い、地域活動に従事される方々、参加する住民の方々の健康と安全の確保にご配慮いただきますよう、自律的な運営をお願いいたします。ご不明な点があれば下記までお問い合わせください。



共通する対策	主な活動	活動ごとの対策
<b>【3密の回避】</b> <input type="checkbox"/> 会場の換気 <input type="checkbox"/> 対人距離 2m（最低1m）間隔確保 <b>【衛生対策】</b> <input type="checkbox"/> マスク又はフェースシールド着用（高齢者を対象とした体操以外の運動中は外す） <input type="checkbox"/> 大声での会話・高唱を避ける  <b>【参加者把握】</b> <input type="checkbox"/> 出席者名簿で連絡体制確保（感染発生の際には必要に応じて公的機関へ情報が提供されることを参加者に周知するなど個人情報の取扱いも忘れずに） <input type="checkbox"/> （不特定多数の人が参加する行事）府導入の「大阪コロナ追跡システム」を活用  <b>【参加制限】</b> <input type="checkbox"/> 参加者数の制限 屋内：100人以下、かつ収容定員の半分以上 屋外：200人以下、かつ人との距離を確保 <input type="checkbox"/> 大人数での参加を制限 <input type="checkbox"/> 体温チェック、風邪症状がある方の参加制限  <b>【消毒・衛生対策】</b> <input type="checkbox"/> 石鹸、消毒用アルコール準備 <input type="checkbox"/> 手で触れる共有部分を有効な消毒方法で消毒 ①消毒用アルコール ②次亜塩素酸ナトリウム ③熱湯消毒 80℃10分 ④界面活性剤 <input type="checkbox"/> 配付物の手渡しを避ける  <b>【ごみの廃棄】</b> <input type="checkbox"/> ごみはビニール袋に密閉 <input type="checkbox"/> 作業はマスク・手袋着用  <b>【広報・周知】</b> <input type="checkbox"/> 人と人との距離の確保、咳チケット、手洗い・手指の消毒、健康管理について役員や参加者へお知らせ  <b>【その他】</b> <input type="checkbox"/> 高齢者や妊婦など重症化リスクの高い人が参加する行事は、対策をより徹底 <input type="checkbox"/> 感染が拡大傾向になった場合、事業中止や実施方法を見直し	<b>屋内（地域集会施設、区民センター、体育館など）</b>  <b>【飲食・物販を伴う活動】</b> ふれあい喫茶 高齢者食事サービス 子ども食堂など  <input type="checkbox"/> 箸をおくテーブルなど直接口に触れる可能性のある場所は消毒しましょう <input type="checkbox"/> 大皿での取り分けによる食事提供は控えましょう <input type="checkbox"/> 食品の十分な加熱や温度管理などの食中毒対策を行いましょう <input type="checkbox"/> 調理後は、できるだけ早く食べましょう  <b>【運動を伴う活動】</b> 百歳体操 学校体育施設開放事業など  <input type="checkbox"/> こまめな水分補給や無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう  <b>【会議、研修、学習会など】</b> 会議・打合せ 子どもの学習支援 生涯学習ルーム事業など  <input type="checkbox"/> 滞在時間が短くなるよう工夫しましょう <input type="checkbox"/> 施設内での食事は控えましょう <input type="checkbox"/> こまめな水分補給や無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう  <b>【交流会、遊戯など】</b> 子育てサロン、囲碁・将棋サロン カラオケ大会など  <input type="checkbox"/> 参加者が共有し口が触れる可能性がある物品（おもちゃ、マイクなど）は消毒しましょう <input type="checkbox"/> 施設内での食事は控えましょう <input type="checkbox"/> こまめな水分補給や無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう	<b>屋外（公園、校庭、通学路など）</b>  <b>【飲食・物販を伴う活動】</b> 夏まつり、朝市 バーベキュー大会など  <input type="checkbox"/> 座席の間隔を十分に空けましょう <input type="checkbox"/> こまめな水分補給や無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう <input type="checkbox"/> 食品の十分な加熱や温度管理などの食中毒対策を行いましょう <input type="checkbox"/> 調理後は、できるだけ早く食べましょう  <b>【運動を伴う活動】</b> ゲートボール大会 ソフトボール大会 地域運動会 学校体育施設開放事業など  <input type="checkbox"/> こまめに手洗いをしましょう <input type="checkbox"/> 近距離や接触したりする活動は控えましょう <input type="checkbox"/> 更衣室・観客席・待機場は換気を確保しましょう <input type="checkbox"/> こまめな水分補給や無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう  <b>【その他】</b> 通学路見守り、夜警 青色防犯パトロールなど  <input type="checkbox"/> 車内では窓を開けるなど適切な換気をしましょう <input type="checkbox"/> こまめな水分補給や無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう
	<b>その他（屋内・屋外）</b> 防災訓練など  <input type="checkbox"/> 炊き出し訓練の際は飲食を伴う活動同様の対策を取りましょう <input type="checkbox"/> こまめな水分補給や無理のない範囲での実施など、熱中症対策をしっかりと行いましょう	

お問い合わせ先：〇〇区役所〇〇課（06-〇〇-〇〇） 〇〇区まちづくりセンター（06-〇〇-〇〇）

（上記内容は、大阪市の標準版であり、各区において実情に応じて活用）

百歳体操などの活動を始めるときに気をつけたい10のこと(大阪市)

# 百歳体操などの 活動を始めるときに気をつけたい 10のこと

新型コロナウイルス感染を防ぐために、また体操や活動を楽しく長く続けるために  
できる限りの対策を行いましょう。

1

## 参加は体調が良いときに

熱があるときや風邪のような症状が  
あるときは参加を見合わせましょう。

2

## マスクを着けて

お互いを感染から守るために  
正しく鼻と口を覆いましょう。  
体操や活動、おしゃべりのときは  
必ず着けましょう。



3

## 開始前・終了時の手洗い

ウイルスを「持ち込まない」「持ち帰らない」た  
めに、石けんでしっかりと手を洗いましょう。手を  
洗うまで目・鼻・口を触らないようにしましょう。

4

## 間隔は1メートル以上



活動やおしゃべりは、  
前後左右、少なくとも  
1メートル以上あけましょう。

5

## 換気

体操や歌などの息が上がる活動  
常に換気  
発声が少ない活動  
30分に1回10分程度  
開始前後も換気



6

## 水分補給・熱中症予防

年を重ねると、暑さを感じにくくなります。  
マスクで顔が熱くなるため、熱中症の  
リスクが上がります。水分を必ず持参し  
喉が渇く前に1日2リットルをめやすに  
水分を摂りましょう。



7

## 慣れるまで負荷は軽めに

マスクをつけて体操すると、心肺機能に負担が  
かかります。自粛前と同じ負荷や回数で急に再  
開すると、体に大きな負担がかかることになります。  
おもりを着けずに、半分の回数から始めるなど、  
自身の体調と相談しながら少しずつ慣らし、無理  
のないように行いましょう。

8

## 声は控えめに

認知症予防・口腔機能低下防止のために  
おしゃべりは必要ですが、控えめにしましょう。  
体操のかけ声は、血圧を上げないために必ず  
行いましょう。ただし、声量は控えめに。

9

## 連絡先と出席の確認

活動の中止の連絡等のため、すぐに連絡でき  
るよう、連絡先を交換しておきましょう。  
活動のお世話役の方は、出席状況を控えてお  
きましょう。

10

## 物品の共用

物品の共用を禁止する必要はありません。  
おもりカバーやいすなどは、触る前と触れた後に  
石けんで手洗いすることで感染リスクを最小限  
にすることができます。

大阪市福祉局高齢福祉課 令和2年5月15日作成



## 通いの場×新型コロナウイルス対策ガイド「通いの場の活動再開の留意点」 (東京都健康長寿医療センター研究所)

### 通いの場の活動再開の留意点

東京都健康長寿医療センター研究所 社会参加と地域保健研究チーム制作

## 通いの場の再開時ににおける感染症対策をふまえた 5 つのポイント

### ①参加に際してのルールの設定

- ・発熱 (37.5℃以上もしくは、平熱より 1℃以上高い)、風邪症状がある場合は自宅療養しましょう。  
なお、参加者の年齢層・健康状態等の事情によっては、より慎重を期して 37.0℃以上を目安にしましょう。
- ※ 上記の参加ルールについては、地元自治体や活動施設の基準を優先して下さい。
- ※※ 体温測定は、毎朝、できるだけ同じ時間帯に行いましょう。
- ・マスクもしくはそれに類する布により咳エチケットの対応を行いましょう  
(特に会話時や歌唱時には要注意)。
- ・手洗い、うがい等の基本的感染症予防対策を徹底しましょう。

### ②ソーシャルディスタンスの確保

- ・大人が両手を広げてお互い手を握れる距離が取れる人数は何名くらいかを確認しましょう。  
※人数が多い場合には、時間を分けて複数回に分けて実施するのも一案です。



### ③重点消毒の箇所の設定と消毒の実施

- ・複数人が触れる場所を検討し、消毒液等で適宜消毒しましょう。  
※重点箇所：ドアノブ、テーブル、椅子、トイレの洗浄レバーハンドル等



### ④換気方法の確認とルールの設定

- ・毎時 2 回以上、数分間の換気を行う (回数は目安)。
- ・換気の悪い場所は極力使わない。  
※換気が難しい場合には、扇風機等を使用しできる限り換気に努めましょう。

### ⑤運動時のこまめな水分補給 (熱中症対策) の実施

- ・マスクを着用して運動を行う場合、特に暑くなる時期は、こまめな水分補給を実施しましょう。

## 通いの場の再開前に、感染症対策とあわせて考えたい 8 つのポイント

### ①通いの場の目的を確認する (見直す)。

### ②通いの場の開催方法を確認する (見直す)。

### ③スタッフ同士のコミュニケーションを強化する。

### ④通いの場に来てた人達の足を遠ざけない。

### ⑤新しい参加者や協力者を得るチャンスに変える。

### ⑥他の通いの場と連携するチャンスに変える。

### ⑦地域の理解を得ながら再開する。

### ⑧自治体等の専門機関・専門職と連携する。



## 通いの場×新型コロナウイルス対策ガイド「通いの場の再開チェックリスト」 (東京都健康長寿医療センター研究所)

通いの場の再開チェックリスト	
<p><b>再開する前に</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 通いの場の目的を確認する（見直す）。</li> <li><input type="checkbox"/> 通いの場の開催方法を確認する（見直す）。</li> <li><input type="checkbox"/> スタッフ同士のコミュニケーションを強化する。</li> <li><input type="checkbox"/> 通いの場に来てた人達の足を遠ざけない。</li> <li><input type="checkbox"/> 新しい参加者や協力者を得るチャンスに変える。</li> <li><input type="checkbox"/> 他の通いの場と連携するチャンスに変える。</li> <li><input type="checkbox"/> 地域の理解を得ながら再開する。</li> <li><input type="checkbox"/> 自治体等の専門機関・専門職と連携する。</li> </ul> <p><b>いよいよ再開する</b></p> <p>●広報（チラシ等）に盛り込む内容</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 参加費は、おつりの必要が無いよう呼びかける。</li> <li><input type="checkbox"/> 具体的な内容と安全策をほどこしていることを説明する。</li> <li><input type="checkbox"/> 参加者多数の場合には入場を制限・断る場合があることを明示する。</li> <li><input type="checkbox"/> 気になることがある場合の問い合わせ先を表示する。</li> <li><input type="checkbox"/> ソーシャルディスタンスがとれる人数にすることを表示する。</li> <li><input type="checkbox"/> 可能な場合には、事前予約制にし、参加者を把握する。</li> <li><input type="checkbox"/> マスクの着用、体調が悪い人は参加しないことを表示する。</li> <li><input type="checkbox"/> 備え付けの上履きがある場でも、上履き持参を呼びかける。</li> </ul> <p>●当日の材料や備品の準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 消毒しにくい形状の物は使用しない。</li> <li><input type="checkbox"/> マスクや手袋、消毒剤などを十分準備する。</li> <li><input type="checkbox"/> 伝えるべきルールについてわかりやすい掲示物を作成する。</li> <li><input type="checkbox"/> 使い捨ての物品（紙コップなど）を使用する。</li> <li><input type="checkbox"/> 道具や材料は共有しないように、個別に用意する。</li> <li><input type="checkbox"/> 食事やお菓子は個装された物を用意する。</li> </ul> <p>●プログラムの準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 屋外や建物のテラスで開催出来ないか検討する。</li> <li><input type="checkbox"/> ソーシャルディスタンスが保てる内容を企画する。</li> <li><input type="checkbox"/> 歌を歌ったり、息が荒くなるプログラムは控えるようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> 再開後しばらくは時間を短くした内容を実施する。</li> <li><input type="checkbox"/> 参加できない人のため、オンラインで参加できるか検討する。</li> <li><input type="checkbox"/> 大声で指示せず、マイクかポスター・ボードで説明する。</li> <li><input type="checkbox"/> 会場の大きさにあった適正人数に限定した内容にする。</li> <li><input type="checkbox"/> 固定したスタッフ・メンバーで運営するよう検討する。</li> <li><input type="checkbox"/> 見学や視察・取材は電話またはオンラインで対応する。</li> </ul> <p>●スタッフのトレーニングと危機管理</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 衛生管理面で注意すべき点、備品の使用方法を学習する。</li> <li><input type="checkbox"/> 開催日に確認する項目をリストアップする。</li> <li><input type="checkbox"/> 特に人が密集、接触しやすい内容や時間帯の対応を話し合う。</li> <li><input type="checkbox"/> 体調不良者が出た場合の休息場所や付添い者を決める。</li> <li><input type="checkbox"/> 体調不良者が出た場合の連絡、指示体制、流れを確認する。</li> </ul>	<p><b>開催日</b></p> <p>●会場の準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 使用開始前にしっかり清掃と消毒、換気をする。</li> <li><input type="checkbox"/> チェック項目の確認と、消毒をする箇所に目印をつける。</li> <li><input type="checkbox"/> 衛生備品を使う度に、人が移動する必要があるよう十分な数を配備する。</li> <li><input type="checkbox"/> 椅子は可能な限り2mの間隔を保ち、不要な資材は出さない。</li> <li><input type="checkbox"/> 子どもがいる場合には、子ども用の除菌剤などを用意する。</li> <li><input type="checkbox"/> テレビのリモコン、本などいろいろな人が触る物品は置かない。</li> </ul> <p>●受付</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 参加者が一度に入場しないよう、スタッフが整理をする。</li> <li><input type="checkbox"/> 入室時刻、検温を記録し、体調（咳、倦怠感など）を聞く。</li> <li><input type="checkbox"/> 参加費は直接箱などに入れてもらい、後日消毒する。</li> <li><input type="checkbox"/> 本人に名簿の記入はしてもらわずに、スタッフが記入する。</li> <li><input type="checkbox"/> 荷物置き場を決め、荷物同士が接触しないようにする。</li> <li><input type="checkbox"/> 杖、車いす、ベビーカーなど他者が触れないように置く。</li> <li><input type="checkbox"/> ドアや手すり、スタッフが随時消毒する。</li> <li><input type="checkbox"/> マスクを持参していない場合は、マスクを支給する。</li> <li><input type="checkbox"/> 入口に衛生管理に関する注意書きなどを掲示する。</li> <li><input type="checkbox"/> 参加人数が多いと感じる場合、お帰り頂くなどの対応をする。</li> </ul> <p>●プログラム開始時</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 開始時に、まずは参加者の最近の体調や様子を尋ねてみる。</li> <li><input type="checkbox"/> ルールは、具体的な物を示して説明したり、やって見せる。</li> <li><input type="checkbox"/> 以前なかった換気機材などがある場合には、注意をうながす。</li> <li><input type="checkbox"/> ソーシャルディスタンスの距離を参加者同士で確認する。</li> <li><input type="checkbox"/> 体調がすぐれない時の対応を説明し、担当者を紹介する。</li> </ul> <p>●プログラム中</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 手洗いを促し、ソーシャルディスタンスの確認をする。</li> <li><input type="checkbox"/> 参加者をグループに分け、グループ間の移動や接触を減らす。</li> <li><input type="checkbox"/> 会場の出入り口、トイレなども定期的に消毒する。</li> <li><input type="checkbox"/> 途中で、窓を開けたり、扇風機などで換気する。</li> <li><input type="checkbox"/> 飲食物は、トレイにて持ち運びをし、参加者に手渡ししない。</li> </ul> <p>●プログラム終了時</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> プログラムの感想や不安な点はなかったかなどを聞く。</li> <li><input type="checkbox"/> 一斉に参加者が帰らないよう、時間をずらして退出させる。</li> <li><input type="checkbox"/> 個人が消費した飲食物のゴミは、各自持ち帰りとする。</li> </ul> <p>●プログラム終了後</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 会場の清掃を行い、消毒する。</li> <li><input type="checkbox"/> 反省会を行い、問題点などを話し合い、次回の改善につなげる。</li> <li><input type="checkbox"/> スタッフ同士で、お互いにねぎらい、心のケアをする。</li> <li><input type="checkbox"/> 参加者の肯定的な声は全員で共有する。</li> <li><input type="checkbox"/> その日の参加者数、課題などを、専門職などにも報告する。</li> </ul>



新型コロナウイルス感染症に気をつけて

運営者・リーダー向け

## 通いの場を開催するための留意点

開催の可否や実施方法については、地域における新型コロナウイルス感染症の流行状況を確認し、市町村の保健師や感染症に詳しい専門職と相談しながら判断しましょう。



通いの場を開催するために、「3つの密（密閉、密集、密接）」を避ける、  
「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」が大切です

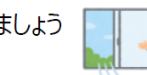
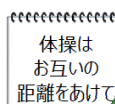
### ～感染拡大を防ぐためのポイント～

- 自分自身の健康管理にも十分配慮するようにしましょう
- 参加者の体温や体調の確認を行い、参加者名簿を作成し、記録するようにしましょう  
注：発熱などが認められる場合には、参加を断りましょう
- 参加者には、「毎日体温を計測をする」「症状がなくてもマスクを着用する」「水と石けんで丁寧な手洗いをする」ように呼びかけましょう
- 市町村の担当者などと連携し、参加しなくなった方の把握や参加の呼びかけを行うことも大切です



#### 開催中は、

- 複数の人が触れる手すり、ドアノブ、テーブル、椅子などは、適宜、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム0.05%）やアルコールなどで消毒を行いましょう
- 公民館など室内で開催する場合は、1時間に2回以上の換気を行いましょう
- 参加者同士の間隔は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上空けるようにしましょう
- 会話をする際は、正面に立たないように、注意を促しましょう
- 文字（紙）や録音、マイクなどを活用するなど、大きな声を出す機会を少なくするように工夫しましょう



### ～体操など身体を動かす活動をする場合～

- マスクを着けて運動をする場合は、身体への負荷が著しく大きくなりやすいため、無理のないよう負荷を下げたり、休憩を取るなどの配慮をしましょう  
注：公園など屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合は、マスクをはずしましょう
- 熱中症予防のため、こまめな水分補給や室温調整などを行うよう気をつけましょう



### ～飲食を伴う活動をする場合～

- 座席の配置は、横並びで座るなどの工夫を行い、距離をとるように調整しましょう
- 会食等では、料理は個別に配膳し、茶菓は個別包装されたものを用意しましょう
- 食器やコップ、箸などは、使い捨てにしたり、洗剤でしっかりと洗いましょう



自宅でもできる全国のご当地体操の動画やリーフレットの情報を掲載しています

厚労省 高齢者 体操

検索

令和2年6月



新型コロナウイルス感染症に気をつけて

## 通いの場に参加するための留意点



「3つの密（密閉、密集、密接）」を避け、  
「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」を心がけましょう

### ～感染拡大を防ぐためのポイント～

- ♣ 毎日、**体温**を計測し、体調を確認しましょう
- ♣ 体調の悪いときは**休み**ましょう
- ♣ 症状がなくても**マスク**を着用しましょう
- ♣ こまめに、**水と石けん**で丁寧な**手洗い**を心がけましょう
- ♣ **1時間**に**2回以上**の**換気**をしましょう
- ♣ お互いの距離は、  
**互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上**空けましょう
- ♣ 会話をする際は、**正面に立たない**ように気をつけましょう



できるだけ2m（最低1m）

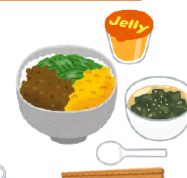
### ～体操など身体を動かす時～

- ♣ マスクを着けて運動をする場合は、  
**無理をせず、早めに休憩**を取りましょう
- ♣ 熱中症予防のため、こまめに**水分補給**や**室温**を調整しましょう



### ～食べたり、飲んだりする時～

- ♣ 座席は、**横並び**で座るなどの工夫を行いましょう
- ♣ 料理は個々に分けて、茶菓は個別包装されたものを選びましょう
- ♣ 食器・コップ・箸などは、**使い捨て**にしたり、洗剤で洗いましょう



自宅でもできる全国のご当地体操の動画やリーフレットの情報を掲載しています

詳しくは  
こちら

厚労省 高齢者 体操

検索



◀QRコード読み取り

## (2) 広報誌「大阪の社会福祉」関連記事集

※写真をカラー加工していますが、誌面はいずれも発行時点のものとなります。

広報誌「大阪の社会福祉」 令和2年4月発行号(799号) 1面

CONTENTS

中央区 日頃から、こどもの万が一に  
対応できる心構えを—— 2

シカゴの社会福祉 視察研修参加者レポート④—— 3

市社協 (特集)  
地域福祉シンポジウム  
小地域福祉活動の推進と今後の展開—— 4

市社協 できるかも?!  
社会とつながり地域をつくる市民後見人活動—— 5

市社協 理事会・評議員会開催  
こんなことやっています! 私たちの施設から!—— 6

社会福祉法人 中央福祉会 特別養護老人ホーム ウェルネスあびこ  
「人」が真ん中の運営で地域貢献にも力を注ぐ—— 8

# 大阪の 社会福祉

2020.4  
**779**

The social welfare  
in OSAKA

社会福祉 大阪市社会福祉協議会
<http://www.osaka-sishakyo.jp>



北中道地域高齢者食事サービス活動(東成区)では  
毎月の高齢者の会食会を配食にきりかえて訪問・安否確認

生活福祉資金  
をはじめとする  
社協への相談も  
増える中で、市  
社協・区社協と  
して、感染防止  
に留意しながら  
対応している。

新型コロナウイルス感染症が  
国内で広がる中、市民の暮らし  
への影響は大きく、地域のサロ  
ン活動や、イベントの中止が相  
次いでいる。

多くの地域では、拡大防止の  
観点から、定期的に実施してい  
る活動を中止、あるいは実施方  
法を変えるなどの対応が取られ  
ている。運営者からは「スタッ  
フの意見を聞いて、やむを得ず

中止にしたが、このような状況  
の時に開けない。居場所が、つ  
つと複雑な思いもある」「再開  
のめどが立たないが、いつも来  
てくれている参加者の気持ちの  
火を消さない方法はないかと悩  
む」と葛藤の声が上がる。

一方、「日頃の参加者のうち、  
気になる人については、個別  
に訪問したり、連絡を取るよ  
うにしている」と、見守りの視

### 市社協・区社協

つながりを  
絶やさないうために  
—— 新型コロナウイルスの影響の中で ——

CONTENTS

中央区 外出自粛の中でも見守り・つながり続ける  
シカゴの社会福祉 視察研修参加者レポート⑤ 2

市社協・区社協(特集)集まれなくてもつながる方法  
— 今できること、これからのこと — 4

旭区 誰かを「受け入れる」ことで、  
自分の「居場所」ができる 5

西区 いつものマチで、楽しくおしごと体験! 6

平野区 屋根のシート張り講習会 7

はじめまして! こんにちは! NPO法人FAIRROAD  
学校内に多様性を受容する居場所を創造する 8

# 大阪の 社会福祉

2020.5  
**780**

The social welfare  
in OSAKA

大阪市社会福祉協議会
<http://www.osaka-sishakyo.jp>



外出しづらくなっている高齢者宅にポストイングする中央区玉造地域の  
高木義一地域福祉コーディネーター (2面に関連記事)

人との接触を減らすことが要請されている中で、地域福祉活動の現場では、つながりを絶やさないために何ができるのか。今号では、中央区の取組み事例(2面)と、「集まれなくてもつながる方法」(4・5面)をまとめて紹介する。

新型コロナウイルス感染症の拡大はとどまるところを知らず、市民生活に大きな影響を及ぼしている。

この感染症の影響を受け、収入の減少もしくは失業等により生活資金で困っている人を対象とした「緊急小口資金」「総合支援資金」の特例貸付が、3月25日から全国的に実施されている。大阪市内では、各区社協が窓口となっており(区役所に窓口を構える区もあり)、受付開始以来、電話や来所による相談、郵送による申込みなどが相次ぐ状況に対して、市・区社協全体で、職員の応援体制を組みながら対応している。

また、4月20日からは、一定期間の家賃相当額を支給する制度である「住宅確保給付金」の対象要件が広がり、窓口である生活困窮者自立相談支援窓口(区役所内)には、多くの問合せが寄せられている。

## 生活資金の相談に応援 体制を組みながら対応

協 協  
社 社  
市 区



聞き取り項目と高齢者から寄せられた声(一部)

①新型コロナウイルス感染症の影響により、自宅での生活に過ごしていますか？
・テレビを見ている ・読書 ・川柳づくり ・断捨離
②外出自粛をする中で、健康のために工夫していることはありますか？
・家の周りを散歩 ・植木の剪定 ・脳トレ ・ラジオ体操
③今知りたい情報はありますか？または、したいことはありますか？
・イラスト付きの家でできる体操 ・脳の刺激になること ・人と会いたい、話したい

新型コロナウイルス感染症により外出自粛が要請される中、中央区社協では、自宅でも高齢者のニーズ把握と見守りを兼ねた情報提供をすすめている。

中央区

外出自粛の中でも

見守り・つながり続ける

まずは声を聞くことから

中央区社協で、地域支援担当とともに企画・推進を担う生活支援コーディネーターの大谷琴美さんに取組みのきっかけを聞いた。「3月頃から集いの場が開催できなくなり、中止の連絡をすることが続きました。参加

できなくなつて残念だとの声や、次に元気で来ることをできるようにがんばって過ごします」という声を聞く中で、これまで「閉じこもらないで交流しましょう!」と発信してきた生活支援コーディネーターとして、今の期間にこそできることはないかと考えました。

職員実演の体操チラシを作成

ニーズ調査後、第2段階として、A4両面の情報提供チラシを作成。表面は区保健福祉センター協力のもと、感染症の相談窓口情報を紹介するとともに、自宅での過ごし方として寄せられた声を紹介。裏面には自宅で行える体操を8つ掲載している。4月下旬から、このチラシを



チラシをもって高齢者宅へ(左:大谷さん、右:高木さん)

難しさや迷いの中でも見守りを継続

4月23日にチラシを受け取り、さっそく配付を始めた玉造地域の高木義一地域福祉コーディネーターに話を聞いた。高木さんが日頃から見守っている

のは要援護者名簿の登録者や、さまざまなきっかけで接点があった人など200人を超える。「普段から訪問を楽しみに待っていていて、あなたの顔見たら元気なるわ」と言ってくれる人もいます。今は人との接触を避けることが原則ですが、最近つながりができた人の場合、訪問ではなく電話だと誰だかわかってもらえないこともあるんです。この状況で見守る難しさを感じながらも、感染予防に留意して、相手に合わせた方法での見守りを続けている。

「高齢者の方には、外出自粛を呼びかけながらも、適度に散歩・運動することをすすめています。それと、以前から関わりがある方の忘れが気になっているけど、今の状況でどのタ

本誌では、今後も新型コロナウイルス感染症の影響下でのつながりを絶やさないための各区・地域の取組みを紹介していく予定です。

※フレイル予防、高齢者の健康維持に効果的。毎日10分、週3回は必ずやろう。

《1日5分》毎日常体操 奇数日には①③⑤⑦⑨を、偶数日には②④⑥⑧⑩をやりましょう。

①スクワット(10回)

足ももまわり、おしりの引き締め☆

②背伸びの体操(10回)

バランス感覚の維持、ふくらはぎの引き締め☆

かかとをあげて3秒キープ

③足踏みの体操(30秒)

テレビをみている時、足中(足踏み)☆

④グーパー体操(グーパー×30回)

体幹、股関節に効く☆

⑤腰痛予防のストレッチ(片足10秒×左右2回)

太ももの裏、お尻に効く☆

痛くないところで10秒キープ

⑥ボートごきの体操(腕のまげのばし×15回)

姿勢改善、肩こりに効く☆

⑦尿もれ体操(30秒)

4つ折りしてねじったタオルをお尻ではさむ

⑧股関節のストレッチ(10秒×2回)

股関節に効く☆

介護予防事業の講師監修のもと、区社協職員がモデルとなって実演(情報提供チラシの裏面)

CONTENTS	
市社協・区社協 外出自粛の中でもつながる安心感を — 外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業 —	2
城東区 自宅できの体探・脳トレ・日記を配付	3
此花区 マスク不足の施設に地域の思いをお届け	3
市社協(特集) 地域の力を引き出す「学びの場」をつくらう 地域福祉活動者のための 学びのテーマ・ポイント集	4 5 6
シカゴの社会福祉 視察研修参加者レポート⑥	7
こんなことやっています! 私たちの施設から 社会福祉法人関西中央福祉会 淀川暖気の苑 暖かい気持ち・感謝の気持ちを持って	8

# 大阪の 社会福祉

2020.6  
781

The social welfare  
in OSAKA

社会福祉 大阪市社会福祉協議会

<http://www.osaka-sishakyo.jp>



▲地域のボランティアの方からお弁当が届けられた(北区豊崎地域)  
※各區で一人暮らし高齢者等へ安否確認を兼ねた食事を配達。  
地域のボランティアや給食事業者が協力。(2面に関連記事)

**協 協  
社 社  
区 区**  
**新しい日常の中でも  
気にかける地域を**

市民生活に大きな影響を及ぼしている新型コロナウイルス感染症は、緊急事態宣言が解除され、一定の自粛が緩和されたものの、引き続き感染防止に留意しながら生活することが求められている。

地域福祉活動の現場においても、集いの場が開催できなかつたり、自宅を過ごすだけでは足りない状況が続く、「人と話さない状況が続く」、「人と話さない状況が続く」、「人と話さない状況が続く」。

今号では、市・区社協で取り組んでいる「外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業」(2面)、城東区・此花区の取り組み事例(3面)を紹介する。



市社協  
区社協

## 外出自粛の中でもつながる安心感を

― 外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業 ―

### お弁当で つながりを実感

この間、外出やイベント開催の自粛が要請されるなど、地域の住民のふれあいやつながりの機会が失われることが懸念される状況が続いた。このような中で、高齢者や障がい者等が、孤立状態に陥ったり、不安を抱えたまま暮らすことがないよう、地域の方々とともに、見守りや安否確認等を強化する取組みとして、大阪市社協・区社協では「外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業」を実施している。

その一つとして、地域でボランティアとして活動する方々の協力のもと、食事サービスに登録されている方等を対象として、安否確認を兼ねた食事を配達。各区社協を通して、地域ごとに希望者を募り、給食事業者による個別配達や、会館からのボランティアの方による配達など、5月下旬から6月にかけて、1万食近いお弁当が届けられた。お弁当を届けた地域のボランティアの方からは「久しぶりに会って近況を聞くことができ



啓発チラシとともにお弁当が届けられた(中央区南大江地域)



笑顔が自然とこぼれる(此花区西島地域)

よかった」「会わない間に少し物忘れがすんだように見受けられたので、気にかけていきたい」との声も。また、散歩がてら会館にお弁当を取りに来る形態をとった地域もあり、密を避けるため、会館の前で手渡し「元気な顔が見れてよかった」と会話も弾んでいた。お弁当をきっかけに改めて地域でのつながりが実感できる機会になった。

### 外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業 (大阪市社協・各区社協)

- ① 一人暮らし高齢者等への配食  
(みんな食堂等への弁当配付も実施)
- ② 相談窓口情報と啓発物品の配付
- ③ 民生委員・児童委員の協力による電話等による安否確認

※この事業は大阪府の交付金を受けて実施しています

### 区独自の工夫や 民生委員の協力も

配食と並行して、介護予防の取組みや地域のサロンなどの活動が休止していることに伴って、閉じこもりがちになっている高齢者等を対象に、地域の方々の協力により、相談窓口の情報を掲載したチラシと啓発物品(タオル)を配付。自宅ポストへ投函したり、連絡先を把握している対象者には電話による安否確認などをおこなうことで、困りごとがあるときに連絡が可能となるように取り組みをすすめている。

各区では、健康維持のために体操の記事を取り入れた独自のチラシとあわせて配ったり、何か困ったときに相談できる身近な相談窓口として地域福祉コーディネーターや区社協の連絡先を大きく掲載するなどの工夫も。



一枚ずつ丁寧に作業(NPO法人カフェミロー)



啓発物品の袋詰め作業等は、西区にあるNPO法人カフェミロー(就労継続支援B型事業所)が協力。スタッフは「通所されている方が密にならないよう交代で作業をしました。企業等の営業自粛で仕事も減少していた中、少しでも役に立ちたいという思いで取り組みました」と話す。

また、各区の民生委員児童委員協議会の協力を得て、民生委員が電話等で、5月の連休中に2万件以上の安否確認をおこなうなど見守り活動を実施。「いつ終わるかわからないのが心配」といった不安の声もある一方で「電話で話せたので少し安心できた」との声も届けられた。これからも、誰かとつながっている、と感じることができるよう、つながりが途絶えることがないよう、地域とともに取り組んでいく。





CONTENTS	
市社協・区社協 いつもの居場所で、 子どもたちの継続したつながりを	2
地域でつながり続けるために —高齢者への配食活動を通して見えてきたこと—	3
感染対策に気をつけながら活動再開へ	4
シカゴの社会福祉 視察研修参加者レポート⑦	5
市社協(特集) 参画と協働のための地域福祉ガイドブック⑤ 企業・商店×地域—つながる・ひろがる 地域貢献活動—	6
はじめまして!—こんにちは— NPO法人子どもネットワーク・ワルツ	7
いつも最優先は子どもたち	8

# 大阪の 社会福祉

2020.7

782

The social welfare  
in OSAKA



社会福祉 大阪市社会福祉協議会

<http://www.osaka-sishakyo.jp>



集まれなかったいつもの居場所でお弁当を手に  
子どもたちに笑顔が広がる(団地の寺子屋・城東区)  
※みんな食堂等への弁当を配付。(2面に関連記事)

## 市社協 区社協 コロナの中でも 活動を一歩ずつ前へ

新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言は解除されたものの、引き続き感染防止に留意しながらの生活が求められている。

地域住民が主体となって長年積み重ねてこられた地域福祉活動においても「新しい生活様式」等に即した対応を検討・実施していく必要に迫られている。ふれあいや交流について制約せざるを得ない部分もあるが、少しずつではあっても安心して地域福祉活動が再開できるよう、地域の中で知恵を出し合

い、実情に応じたさまざまな工夫をしながら、人と人とのつながりづくりの取組みがすすめられている。

今号では、市・区社協が推進する「外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業」について、みんな食堂等(こどもの居場所活動を含む)への弁当の配付(2面)、一人暮らし高齢者等への配食の取組みの続報(3面)とともに、活動再開に向けての動き(4面)を紹介する。

※みんな食堂：世代を超えて地域の誰もが参加できる「食」を通じたみんなの居場所



子ども食堂ひまわり (城東区)



お弁当が子どもたちへ



本日はテイクアウトの日

ど、子どもたちの孤立を深めてしまおうそれや食の確保の面でも懸念された。大阪市ボランティア・市民活動センターでは、現状を把握し支援につなげていくため、地域子ども支援ネットワーク事業に登録する130団体を対象に、3月と4月にこの居場所活動の状況調査を実施。

結果、学校休業期間中は通常通りの開催は難しいとの声が多かったが、そのような状況の中でも、各団体は、感染症対策をしながら、形態を変更してお弁当やお菓子を配付するなど、困難に直面している子どもたちのために今できることをしたいという思いをもつて、模索しな

新型コロナウイルス感染症の影響により、市内の小中学校は長期に渡って休校が続く事態となった。  
日頃からの居場所活動は中止せざるを得ない状況になるな

こどもの居場所活動の状況を調査

協協  
社社  
市区

いつもの居場所で、  
子どもたちとの継続したつながりを

がら活動に取り組んでいた。

子どもたちとのつながりが途切えないように

このような中、大阪市社協・区社協が5月下旬から取り組んでいる「外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業」の一環として、これまでのつながりが途切えないように、5月27日、31日に、みんな食堂等（こどもの居場所活動を含む）にお弁当を提供する取り組みを実施した。この枠組みに沿って、地域こ



地域子ども支援ネットワーク事業へ物資の提供  
(左：大阪市ボランティア・市民活動センター 上野谷加代子所長、  
右：NPO法人日本もったいない食品センター 高津博司さん)

また「活動を応援したい！」という企業や団体から、地域子ども支援ネットワーク事業へ、たくさんの物資の提供があり、こどもの居場所活動の大きな力となっている。今後とも子どもを支援する団体や企業、地域の

もたれを支えよう、つながり続けようと日々取り組まれている。また「活動を応援したい！」という企業や団体から、地域子ども支援ネットワーク事業へ、たくさんの物資の提供があり、こどもの居場所活動の大きな力となっている。今後とも子どもを支援する団体や企業、地域の

ども支援ネットワーク事業登録団体に呼びかけ、30団体から申込みがあり、約1500食のお弁当が子どもたちに届けられた。支援団体からは「久しぶりにこどもたちの笑顔や話す様子を見ることができ、いい機会になった」「親子連れが続々と訪れて、マスク越しに笑顔で会話ができたのがうれしく、保護者同士、こども同士で久しぶりの再会を喜ぶ姿も見ることができてよかった」「通常通りのこども食堂ができる日が待ち遠しい」などの声があった。

市・区社協では、引き続き高齢者や障がい者、こどもたち等の住民一人ひとりが、孤立や不安を抱えることなく、つながりをもった暮らしを続けることができるように、さまざまな事業を推進していく。多様な関係団体間の連携を図り、ネットワークを活かしながら、区の特性に応じた独自の取り組みも一層推進していく予定である。

方々とともに、こどもたちの地域でのつながりを支える取り組みをすすめていく。  
今後は区独自の  
取り組みを一層推進



「地域子ども支援ネットワーク事業」ホームページ

市内のこども支援団体の情報や事業の推進状況など、随時発信しています。



## 地域でつながり続けるために — 高齢者への配食活動を通して見えてきたこと —

「外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業」の一環として、地域のボランティアの方々の協力のもと実施してきた配食活動の第1期（5月下旬～6月）が終了した。

取組みの様子と、各区・地域から届いた声を紹介する。（各区社協からの集約内容をもとに一部抜粋・要約）

外出自粛高齢者・障がい者等見守り支援事業（大阪市社協・各区社協）

- ① 一人暮らし高齢者・みんな食堂等への配食
- ② 相談窓口情報と啓発物品の配付
- ③ 民生委員・児童委員の協力による電話・訪問等による安否確認
- ④ 各区の実情に応じた区社協独自の取組み

※この事業は大阪府の交付金を受けて実施しています



ボランティアから顔を合わせて手渡し（港区 八幡屋地域）

### 久々の再会で「つながり」を実感

- 「元気にされているか」「バランスのよい食事はとれているか」とボランティアも心配されていた様子。対象者からは、会館にお礼の電話があったり、涙を流して喜ばれた方もおられ、普段の活動の大切さを改めて実感した。
- 「自粛中、誰ともお話をしていなかったので、ボランティアと会話できて、元気が出た」との声があった。

### 見守りのまなざしで変化に気づく

- 普段は会食会をしているが、配食をしたことで玄関の様子から生活の様子に気づくことができ、見守り意識が高まる機会となった。

### 活動を通してみえた地域の力

- ボランティアからは「早く活動したかった」「うずうずしていた」などの声があった。
- 地域で独自にマスクやメッセージ付きカードを準備しているところもあり、潜在的な力を感じた。



地域の会館内で準備して配達へ（東淀川区 下新庄地域）



地域の会館でテイクアウト方式により実施（生野区 林寺地域）

### これからの活動展開に向けて

- ボランティアからは「このような取組みがあって本当によかった」との声も。これがきっかけで、6月以降に地域の取組みとして配食を実施することを検討されている地域もある。
- 準備・調整期間も限られた中で、地域のボランティアの方々の結束を感じた。配食できたことを誇りに感じており、活動再開に向けて機運の高まりにつながった。



## 感染対策に気を つけながら活動再開へ

新型コロナウイルス感染症により、地域福祉活動の中止が続いていたが、緊急事態宣言が解除され、活動の再開に向けた具体的な動きも徐々に聞かれるようになってきている。

### ふれあい喫茶を再開

【西成区 飛田地域】

西成区の飛田地域では、この

間、中止状態になっていたふれあい喫茶が6月11日に開催された。雨模様ではあったが、待ちわびた開催ということもあり、喫茶内は明るく賑やかな空間になった。



テーブルと机の消毒も実施 (西成区)

ボランティアの方々による感染対策として、会館に入る前には体温測定とアルコール消毒。座席は対面を避けて、お客さんが入れ替わる際には、テーブルと机を消毒するなどの対策を取ったことで、安心して過ごすことができる時間となった。



対面を避けて机・座席を配置 (西成区)

当日、活動場面に向いた西成区社協・地域支援担当の由浅悠さんは「4月に入職し、今回初めて地域のふれあい喫茶に伺うことができました。コロナの影響で止まっていた喫茶の再開を待ち望んでいたことを、来場される地域住民の方、運営されるボランティアの方の笑顔から感じることが



会館に入る前には検温と消毒(西成区)

できました。現在、地域での活動も少しずつ動き出しているのでも、実際に足を運び、活動者の様子に目を向けながら、今だからこそできる地域支援を考えていきたいと思っています」と話す。

### 大阪市ホームページで ガイドライン公表

【大阪市】

大阪市では、新型コロナウイルス感染症に関する緊急事態宣言が解除されたことを踏まえ、地域団体の方々が活動を再開していくにあたって必要となる対策や実施判断の参考となるよう



大阪市ホームページにPDFデータ掲載

う、「地域活動の再開検討ガイドライン」が策定・公開された。

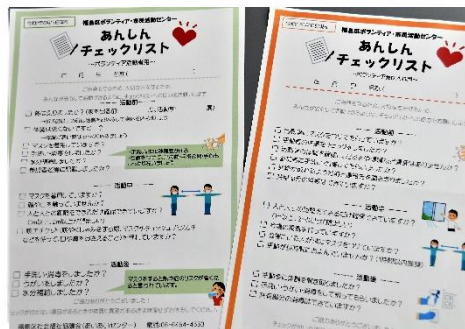
このガイドラインは区長会議において策定され、「各区の実情に応じて基本的な考え方や参考指針等をカスタマイズして活用するための標準版」となっており、これをもとにすでに一部の区では区版のガイドラインが策定されている。

### ボランティア活動再開の ためのチェックリストを作成

【福島区】

先に紹介したガイドラインは、地域団体による活動を中心にまとめられているが、各区社協のボランティア・市民活動センターの取組みについても、感染対策に気を付けながら活動再開するための手立てが検討されている。

福島区ボランティア・市民活動センター(福島区社協)では、独自の「あんしんチェックリスト」を作成した。「ボランティア活動者用」と「ボランティア受け入れ用」の2パターンがあり、「活動前」「活動中」「活動後」と、それぞれがあてはめて考えやすいようなチェック項目(計13項目)が用意されている。作成に携わった福島区社



わかりやすく項目分けされたチェックリスト(福島区)

協・地域支援担当の大浦瑞来さんは「緊急事態宣言が解除され、ボランティア活動者の方から『活動を再開したいが不安』『今後の活動をどのように考えていけばいいか』というご相談を受けました。ボランティア活動においても『新しい生活様式』に基づいて、活動方法を検討していく必要があります。そういった状況の中、活動をおこなうにあたって、ボランティア活動する方・活動を受け入れる方、双方が安心できるよう気をつけていただきたい点をまとめたチェックリストを作成しました。区内でも活動が少しずつ動き出しています。こういったツールもうまく使いながら、コロナ禍での活動をサポートしていきたいと思っています」と話す。

### (3) 大阪市内・全国各地の取り組みを知るために

#### ● 大阪市社会福祉協議会「新型コロナウイルス感染症関連情報(まとめページ)」



<https://www.osaka-sishakyo.jp/> (トップページのバナーからアクセスしてください)

#### ● 未来の豊かな“つながり”のための全国アクション (全国社会福祉協議会)



<https://tunagari-action.jp/>

#### ● 「つながりを切らない」情報・交流ネットワーク (NPO法人全国コミュニティライフサポートセンター)

「集まれなくてもつながる方法」  
(4月30日発行)が掲載されました。



<https://www.t-net.online/>

- 
- ◆ 本冊子は、令和2年4月30日に作成した「集まれなくてもつながる方法」をもとに、タイトルを「コロナの中でもつながる方法」と改めて、内容を追加・変更したものです。(今後、感染症に関する状況推移により、異なる判断が必要となる場合があります。その時々、国・大阪府・大阪市等の発出内容を確認しながら判断するように気をつけてください)
  - ◆ 今後、内容を追加・変更する場合があります。(その場合は表紙右上の日付表記を変更)
  - ◆ 本冊子は、新型コロナウイルス感染症の影響下でのつながりづくりを推進する趣旨に沿うものであれば、参考資料として紹介する、配付するなど、大阪市内外を問わずに活用していただけます(個別の連絡は不要です)。また、本冊子の内容を参考に(あるいは引用して)独自媒体を作成することも差し支えありませんが、その際は、本会名・本冊子名を参考・引用資料として明記していただき、巻末の連絡先あてに提供していただければ幸いです。
- 

#### 【作成にあたっての参考資料】

- 大阪市            地域活動の再開検討ガイドライン  
新型コロナウイルス感染症で高齢者の方に気をつけていただきたいポイント  
高齢者のお宅を見守ってくださる方へ 訪問する時の注意事項  
百歳体操などの活動を始めるときに気をつけたい 10 のこと
- 厚生労働省      「新しい生活様式」の実践例  
【運営者・リーダー向けリーフレット】 通いの場を開催するための留意点  
【参加者向けリーフレット】 通いの場に参加するための留意点
- 環境省・厚生労働省  
令和2年度の熱中症予防行動
- NPO 法人 全国こども食堂支援センター・むすびえ  
こども食堂・フードパントリー開設簡易ハンドブック
- 東京都健康長寿医療センター 研究所 (地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター)  
通いの場×新型コロナウイルス対策ガイド 第2版
- 特定非営利活動法人 日本ボランティアコーディネーター協会  
緊急メッセージ:新型コロナウイルスの感染拡大を受けて



## 大阪市・各区社会福祉協議会とは？

社会福祉法に位置づけられた、地域福祉の推進を目的とする、公共性・信頼性の高い民間団体です。  
大阪市社会福祉協議会は、広域的な役割を担い、より住民に身近な各区の社会福祉協議会では、  
個別支援や地域支援まで多岐に渡る事業を展開しています。



### 地域を支える

さまざまな団体が取り組む、居場所づくりや見守り活動などに出向き、  
活動上の悩みの相談に乗ったり、問題の解決に向けた新たな活動をサポートします。  
また、ボランティアをしたい人と、  
ボランティアをお願いしたい人をつなぐ役割も担います。

### ひとりを支える

窓口や電話、地域に出向いて、困りごとを抱える人の相談を受けつけ、  
住民や関係機関と連携しながら、その人らしい暮らしに向けて支援します。  
高齢者の相談、生活や家計に困っている人の相談、  
どこに相談してよいかわからない、という相談も含めて、まずは受け止めます。  
(区ごとに相談機能の実施状況には違いがあります。より適切な窓口にご案内する場合があります)



---

【作成】 社会福祉法人 大阪市社会福祉協議会（担当：地域福祉課）  
大阪市天王寺区東高津町12-10 大阪市立社会福祉センター内  
TEL 06-6765-5606  
FAX 06-6765-5607  
HP <https://www.osaka-sishakyo.jp/>  
メール [fukusi@osaka-sishakyo.jp](mailto:fukusi@osaka-sishakyo.jp)

---