

しゃきょう

令和2年10月1日発行 第434号

発行 八丈町社会福祉協議会

八丈町三根2番地

TEL 04996-2-2609

FAX 04996-2-4655

心配ごと相談 TEL2-5000

Eメール info@8jo-syakyo.or.jp

HP http://8jo-syakyo.or.jp/



社協では令和2年度～6年度に掛けて、第3次みつわ計画に基づき事業を行っていきます。

今年もあいさつ運動にご参加ください！

あいさつ運動にご参加を

社協では、地域住民同士の繋がり強化を目指して「地域声かけ事業」を行っています。そして、その一環として10月1日～31日に「あいさつ運動」を実施します。

今年も期間中に、島内の商店や事業所の店頭で「のぼり」を立てさせていただき、あいさつ運動の周知を行っていきます。



のぼりが目印

また、期間中は島内の各学校の前にお邪魔して、社協の職員が挨拶をする予定です。

住民の皆様には、のぼりや社協職員を見かけましたら、あいさつ運動を思い出していただき、積極的なご参加をお願いします。

コロナ禍だから挨拶を

新型コロナウイルス感染症の影響により、世界中の人々の生活が一変しました。これまで当

り前だった「ふれあい」や「人とのコミュニケーション」が当り前で無くなりました。

幸い現代はインターネット等も普及し、オンラインでのやり取りも可能な世の中になっています。しかし、こんな状況だからこそ、実際に会って会話をしたりコミュニケーションを取ることは、重要性を多くの方々が感じているのではないかと思います。

そして、直接会った時に会話の第一歩として挨拶はとても大切だと感じます。

各事業所の取り組み

ここ数年、島内の各団体・事業所に依頼して、『あいさつ運動』に関する行動計画を立てていただき、積極的な挨拶の取り組みをお願いしています。昨年、事業所等で立ててくださった取り組みの一部をご紹介します。

「道路沿いや公園・園地内などの作業が多いので、地域住民や観光客との積極的なあいさつを心掛けます」「日頃から取り組んでいる『思いやり声かけ運動』を実践し、現場内の挨拶・声かけを徹

底する」「会社の朝礼で挨拶の大切さを話し合います」等々。

地域の皆様も、期間中にご家庭・職場・所属団体等で挨拶に関する行動計画を立てていただくと嬉しいですね。

皆様のご協力により八丈島全体で挨拶をし易い雰囲気作りをしていきたいと考えています。

(菊池孔介)

2020イベントカレンダー 後期の発行休止について

社協では、子ども達がイベントに参加しやすいように、八丈町のご協力を得て、例年前期と後期にイベントカレンダーの発行をしています。

10月に後期(10月～3月分)のイベントカレンダーの発行を予定していましたが、今年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、各イベントの開催予定を把握する事が難しいため、発行を休止致します。



新型コロナウイルス予防のおさらい

9月8日に八丈島で新型コロナウイルスの感染者が初めて確認されました。

大島に続き八丈島でも感染者が出たことに、島民の皆さんも大変なショックを受けたのではないかと思います。

八丈町のホームページを見ると、9月16日現在で7名の感染が確認されています。今後、これらが更に広がっていくのか終息していくのかは不明ですが、これらの感染を抑えるには住民の皆様による日常的な感染対策が欠かせないことを改めて感じました。

そこで、今回は改めて感染対策の基本を紹介したいと思います。左の表の「換気」「手洗い」「咳エチケット」

基本的な予防法



換気



手洗い



咳エチケット



密集回避



密接回避



密閉回避

「3密回避」などの基本的な対策に加えて、マスクの着用、目・口・鼻を触らないなど、細かい部分にも気を付けて生活することで、予防効果が期待出来ます。

これからの季節はインフルエンザの流行も心配されますが、こうした対策はインフルエンザ対策にも共通する部分です。実際に、今年の1月以降のインフルエンザの患者数はいつもに比べて激減しました。これは新型コロナウイルスに対する対策の影響があったものと思われるので、日常生活での予防にご協力をよろしく願います。

濃厚接触者について



今回、八丈島で新型コロナウイルス感染者が確認されたことで「濃厚接触者」となった方がいました。

国立感染症研究所が出している「濃厚接触者」の定義は左記のようになっていきます。

- ・患者(確定例)と同居あるいは長時間の接触(車内、航空機内等を含む)があった者
- ・適切な感染防護無しに患者(確定例)を診察、看護若しくは介護していた者
- ・患者(確定例)の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ・その他「手で触れること」の出来る距離(目安として1メートル)で、必要な感染予防策なしで、「患者(確定例)」と15分以上の接触があった者周辺の環境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する。

※「患者(確定例)」とは、「臨床的特徴等から新型コロナウイルス感染症が疑われ、かつ、検査により新型コロナウイルス感染症と診断された者」を指します。

濃厚接触者となると、検査を受けることとなりますが、検査結果が陰性だったとしても、2週間は健康観察の対象となり、自宅待機など行動が制限されてしまいます。

このように、感染しなくても、濃厚接触者となるだけで大変な思いをすることになります。住民の皆様には今一度感染予防策に関してご確認の上、日常生活の中でも出来るだけ濃厚接触をしないように、予防の徹底をお願いしたいと思います。

寄附者一覧



「寄附いただきました」誠にありがとうございます。
「ございました。」

皆様からいただきました「寄附は、高齢者や障がい者の方々の在宅福祉サービス等、島の福祉のために大切にに使わせていただきます。」

佐々木 一 殿 (大賀郷)

100,000円

亡母(つき子殿)の忌明けに際して

地域の繋がりと介護予防について

社協では第3次みつわ計画の中で「地域の繋がりと支え合いの強化」を目指しています。本来ならば、様々なイベント等や日常生活で住民同士の交流を促進していく予定でした。

ところが、今年は新型コロナウイルスの感染拡大により、様々な活動やイベントが自粛に追い込まれ、外出の機会が奪われてしまい、住民同士の交流の機会も激減しました。

その中でも特に高齢者は感染した場合に重症化するリスクが高い為、八丈島でも高齢者向けの行事等が軒並み中止となってしまうしました。

しかし、高齢者にとって地域の繋がりは「支え合い」という側面だけでなく、本人の健康に大きく影響を与える事が分かっています。

高齢者の健康維持のためのポイント

厚生労働省では「高齢者が居宅において健康を維持するためのポイント」としてホームページで以下のように呼び掛けています。

○運動のポイント

「動かない」（生活が不活発な）状態が続くことにより、心身の機能が低下して「動けなくなる」ことが懸念されます。また、転倒などを予防するためにも、日頃からの運動が大切です。

・人混みを避けて、一人や限られた人数で散歩する。

・家の中や庭などでできる運動（ラジオ体操、スクワット等）を行う。

・家事（庭いじりや片付け、立位を保持した調理等）や農作業等で身体を動かす。

・座っている時間を減らし、足踏みをするなど身体を動かす。

○食生活・口腔ケアのポイント

低栄養を予防し、免疫力を低下させないために、しっかりと栄養をとることやお口の健康を保つことが大切です。

・3食欠かさずバランスよく食べて、規則正しい生活を心がける。

・毎食後、寝る前に歯磨きをする。

・しっかりと噛んで食べる、一人で歌の練習をする、早口言葉を言うなど、お口周りの筋肉を保つ。

○人との交流のポイント

孤独を防ぎ、心身の健康を保つために、人との交流や助け合いが大切です。

・家族や友人と電話で話す。

・家族や友人と手紙やメール、SNS等を活用し交流する。

・買い物や移動など困ったときに助けを呼べる相手を考えておく。



これらは通常の介護予防と同じ内容なのですが、コロナ禍で行動が制限されている今だからこそ、意識して取り組んでいただきたいと思っています。

また、ご家族の方からも電話での連絡をしたり、運動を促す声かけをするなど、サポートをお願いいたします。

コロナだけでなく、これからの季節は台風などの災害にも注意が必要になります。「地域の繋がりと」は住民同士の支え合いに関しても、とても大切なものです。

今後も住民同士の支え合いを意識しつつ、各自の健康にも気をつけていただきたいと思います。皆様のご理解とご協力をよろしくお願い致します。（菊池孔介）



10月のサロンについて

9月のサロンは八丈島での新型コロナウイルス感染症の発生により急ぎよ中止となりました。

10月のサロンは実施する予定ですが、現在日程を調整中です。参加希望の方は手数ですがお問い合わせください。よろしくお願いします。

お問い合わせ…212609（菊池里美）



カードをご寄附いただきました

皆さんは「SDGs」をご存じでしょうか？先日、このSDGsを広く周知するために、住民の方がSDGsカードを自ら作ってご寄附くださいました。そこで、社協と島内のお店に設置いたしましたので、お見かけの際にはご自由にお持ち帰りください。



SDGsについて

SDGsとは「Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）」の略称です。分かりやすく説明すると、この先の世界が今以上になるために、2030年までに世界の全員で協力して解決したい目標のことです。読み方は、「エス・ディー・ジーズ」と読みます。SDGsの最後のがs小さい理由は複数のゴールを意味する「Goals」からきています。SDGsは2015年9月の国連サミットで採択されたもので、国連加盟193か国が2016年から2030年の15年間で達成するために掲げた目標です。

17の大きな目標と、それらを達成するための具体的な169のターゲットで構成され、地球上の誰一人取り残さないことを誓っています。SDGsは発展途上国のみならず、先進国自身が取り組む普遍的なものであり、日本としても積極的に取り組んでいます。

SDGsは具体的に左記の17の目標が定められています。



- ① 貧困をなくそう
- ② 飢餓をゼロに
- ③ すべての人に健康と福祉を
- ④ 質の高い教育をみんなに
- ⑤ ジェンダー平等を実現しよう
- ⑥ 安全な水とトイレを世界中に
- ⑦ エネルギーをみんなにそしてクリーンに
- ⑧ 働きがいも経済成長も
- ⑨ 産業と技術革新の基盤をつくろう
- ⑩ 人や国の不平等をなくそう
- ⑪ 住み続けられるまちづくりを
- ⑫ つくる責任 つかう責任
- ⑬ 気候変動に具体的な対策を
- ⑭ 海の豊かさを守ろう

- ⑮ 陸の豊かさを守ろう
- ⑯ 平和と公正をすべての人に
- ⑰ パートナリーシップで目標を達成しよう

すべての人に健康と福祉を

17の目標の内、「ここではSDGsの目標③「すべての人に健康と福祉を」の内容をご説明します。

この項目は人々の健康の確保と福祉の促進を目的とし、あらゆる年齢のすべての人が元気に暮らせる世の中を目指します。やむを得ず命を失ってしまう人を限りなく減らすのが理想です。とはいえ、現状では誰もが平等に医療を受けられるとは限りません。経済的な理由で治療できない人々も少なくありません。

日本では当たり前に診察や手術が受けられますが、海外ではお金がなく苦しみ続ける人もいます。だからこそ福祉を促進させ1人でも多くの人を救うべく、SDGsに掲げられました。

健康と福祉を得られることは、ひとつの人権です。世界保健機関（WHO）によると、健康とは、「病気でない」とか「弱っていない」ということではなく「肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること」とされています。

人種、宗教、政治信条や経済的・社会的条件によって差別されることなく、最高水準の健康に恵まれることは基本的人権であり、それが保障される世界を目指しています。