

11/19、月食がみられました。当日私はそのことをすっかり忘れていたのですが、たまたま帰りの車の中で月を見て、一人でちょっと感動していました。ほぼ皆既月食ということで、月の大部分が地球の影になり、とても神秘的でした。

※年末年始は、ご利用日・サービス内容が変更になる場合がございます。サービス提供表をご確認ください。



いきいき

NO.65 令和3年12月 だより

あわら複合ケアサービス
TEL:0776-77-2282
直通:080-4361-4507
住所:あわら市二面2丁目 302 番地
ホームページ:www.naruza.jp/

冬に向けての飾り物を作っています



みんなでかぼちゃの
カップケーキを
作って、11月生ま
れの方のお誕生日
をお祝いしました



★あわら複合ケアサービスの精神★

- 理念 私たちはいつもあなたのそばにいます
- 目標
- ① 自宅での介護を希望されるご家族様を応援します
 - ② 日常生活でできる活動を通して筋力低下を防ぎ、脳の活性化を図ります
 - ③ 地域に密着したサービスを提供します



～寒冷な場面における新型コロナ感染防止等のポイント～

1. 基本的な感染防止策の実施

- マスクを着用(ウイルスを移さない)
- 人と人の距離を確保(1mを目安に)
- 「5つの場面」「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」を参考に
- 3密を避ける、大声を出さない

2. 寒い環境でも換気の実施

- 機械換気による常時換気を
- 機械換気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け
(窓を少し開け、室温は18度以上を目安！)

3. 適度な保湿(湿度40%以上を目安)

- 換気しながら加湿を(加湿器使用や洗濯物の室内干し)
- こまめな拭き掃除を

「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」

- ★飲酒をするのであれば、「少人数・短時間で」「なるべく普段一緒にいる人と」「深酒・はしご酒などはひかえ、適度な酒量で」
- ★箸やコップは使い回さず、一人ひとりで
- ★座る配置は斜め向かいに(正面や真横はなるべく避ける)
- ★会話する時はなるべくマスク着用
- ★換気が適切になされているなどの工夫をしている、ガイドラインを遵守したお店で
- ★体調が悪い人は参加しない



冬のコロナ対策へのご協力をお願いします！

「マスクの着用」「3密の回避」「手洗い・消毒」などの基本的な感染症対策を徹底しましょう。

「静かなマスク会食」をお願いします

会話の際にはマスクを着用しましょう！



いつでもマスク
気を付けたい「5つの場面」

厚生労働省
新型コロナウイルス感染症対策推進室

首相官邸
厚生労働省

厚労省 検索

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。

