

# しゃにち社協 会報

社日地区社会福祉協議会  
(社日交流センター内)

〒692-0011  
安来市安来町1281番地1  
電話 23-2048

No. 18

令和2年6月発行

## 新型コロナウイルスに負けないで

会長 角 久夫

山の緑も深くなり夏が近づいてきていることが感じられます。

今年は年明けとともに新型コロナウイルスの感染症の流行が始まり、この感染症の恐怖に脅かされてきました。

四月に出された非常事態宣言は解除され、島根・鳥取両県ではおちついていくように感じますが、北九州市のように第二派の発生状況を見ると山陰もいつ第二派が起るのかわからない不安があります。ニュースを見ながら早期の終息を願う毎日です。

このウイルスに対してはまだ認可された効果的な治療薬がありません。そうした中で感染防止のためにできることが「マスク」「手洗い」「三密の回避」などの行動をとることや「食事」「運動」「睡眠」による免疫力を高めることが大切だと言われています。

「食事」は、緑黄色野菜やきのこ、海藻、良質のたんぱく質などバラン

スのとれた食事を摂ること。

「運動」は介護や認知症の予防にも有効で、ウォーキングやラジオ体操、テレビ体操など無理なく体を動かすことを習慣づけると良いと思います。幸い社日地区には伯太川の西側土手や社日公園、さらには日本台への道など散歩に適したコースがあるので思いつかれたらいかがでしょうか。家の周りの安全なところを歩くのも良いと思います。

一方で新型コロナウイルスに便乗した詐欺も発生しているようです。人々の不安や給付金を狙って様々な手を考えているようですので、心当たりのない電話や話しには十分注意し不審なものには警察などに相談しましょう。新型コロナウイルス感染症により行動や生活様式が激変しますが、くれぐれも感染予防に留意し、この危機を乗り越えて安全で健康な生活を送っていただきたいと思います。

## 新しい生活様式（日常生活での基本的な生活様式）

### ①「外出」

はできるだけひかえる



外出控え

### ②「三密」

密集・密閉・密接を避ける



密集回避



密閉回避



密接回避



換気

### ③「マスクの着用」



咳エチケット

### ④「手洗い」



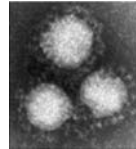
手洗い

～みんなの「いのち」と「暮らし」を守りましょう～

出典：厚生労働省HPより

# 新型コロナウイルス特集 (1/2)

## 新型コロナウイルスについて



### ■発症の特徴 (感染方法は飛沫感染と接触感染です)

新型コロナウイルスに感染を受けた人の多くは無症状のまま経過するものと思われます。感染を受けた人の中で潜伏期間 (1~12.5日) ののうち一定の割合で発熱・呼吸器症状 (咽頭痛、咳) などの感染症状が認められるようになります。発熱や呼吸器症状が1週間前後持続することが多く、強いだるさ (倦怠感) を訴える人が多いことが特徴。いわゆる風邪、あるいはインフルエンザであれば、通常は3~4日までが症状のピークで、その後改善傾向がみられますが、新型コロナウイルス感染症では症状が長引くことが特徴です。4日を過ぎても発熱が続く、特に1週間目においても発熱が続く場合、息が苦しい、呼吸器症状が悪化する、などを認めた場合には肺炎の合併が疑われます。

### ■ウイルスの特徴

ウイルス自身で増えることはできませんが、粘膜などの細胞に付着して入り込んで増えることができます。ウイルスは粘膜に入り込むことはできますが、健康な皮膚には入り込むことができず表面に付着するだけ。物の表面についたウイルスは時間がたてば壊れてしまいます。ただし、物の種類によっては24時間~72時間くらい感染する力を持っています。

## 感染予防方法は？

感染予防は下記の三つです。

- ①マスクの着用 ②手洗い ③「三密」の回避

①

咳エチケット



ティッシュ・ハンカチなどで口や鼻を覆う



上着の内側や袖で覆う



マスクを着用する

②

帰宅時や調理の前後、  
食事前など、  
こまめに手を洗う!



③

①換気の悪い  
密閉空間



②多数が集まる  
密集場所



③間近で会話や  
発声をする  
密接場面



### これからの季節は、熱中症の発症にも注意!

ポイント①: マスク着用

・人と十分な距離が確保できるならマスクを外し休憩する。

ポイント②: エアコンの温度を下げる

・換気で室内温度が高くなります。温度設定を下げる。

ポイント③: 涼しい場所への移動する

・体調に異変を感じたら速やかに涼しい場所へ移動する。

ポイント④: 日頃の健康管理をする

・日頃から体温測定、健康チェックをしましょう。

## 免疫力を高めるのは？

ウイルスを寄せつけないように免疫力を高めましょう。

免疫力を高めるには、**食事・運動・睡眠**です。



### バランスのよい食事

・免疫物質のもとになる魚・肉類、卵、大豆など、たんぱく質を多く含む食品が免疫力を高め、粘膜を丈夫にしてウイルスの侵入を防ぎます。抗酸化作用のあるビタミンA・C・Eが豊富な緑黄色野菜、エネルギー源になるごはん、パン、麺類など1日3食をバランスよく食べることがとても大切です。

### 適度な運動

・運動により血流が良くなると、体温と代謝が上がり、免疫力が高まります。人混みを避けて散歩したり、自宅で週に3日、1回2、3種目ほどの筋トレをしたりすると足腰が弱まるのを防ぎます。

### 睡眠

・睡眠は日中の蓄積された疲労を回復させ、ウイルスに対する抵抗力を強める効果があります。

## 高齢者への配慮が必要です!

- ・喫煙者や糖尿病、心臓疾患などの基礎疾患をお持ちの方や高齢者は、感染症が重症しやすいのご注意ください。
- ・感染しないために、「手洗い」を中心に感染症の予防を図りましょう。
- ・生活不活発病 (せいかつふかっぱつびょう) で動かないことにより身体や頭の働きが低下します。体の回復力や抵抗力が低下します。

# 新型コロナウイルス特集 (2/2)

## お困りごとの相談先は？

新型コロナウイルス感染症の影響により生活に困っている方は下記へご相談ください。

相談内容	お問合せ先	連絡先
新型コロナウイルス感染の疑い時	松江保健所	松江保健所 TEL：0852-33-7673 (24時間対応)
新型コロナウイルスに関する一般的なこと	安来市	安来市健康相談窓口 (いきいき健康課) TEL：23-3270 (毎日8:30～17:15)
	松江保健所	松江保健所 TEL：0852-33-7638 (毎日8:30～21:00)
生活不安に関すること	安来市	安来市福祉課 (8:30～17:15) TEL：23-3210 (土日、祝日を除く)
	安来市社会福祉協議会	生活支援・相談センター (8:30～17:15) TEL：27-7888 (土日、祝日を除く)
不当な差別やいじめ、DVについて	安来市	安来市福祉課 (8:30～17:15) TEL：23-3248 (土日、祝日を除く)
	島根県	島根県女性相談センター TEL：0852-25-0871

## 資金支援の内容は？

新型コロナウイルス感染症の影響で

- ①生活資金でお悩みの方 (窓口：安来市社協)
  - ・緊急小口資金 (休業された方)
  - ・総合支援資金 (失業された方)
- ②家賃の支払いが困難な方 (窓口：安来市社協)
  - ・住居確保給付金
- ③納税が難しい方 (窓口：松江税務署他)
  - ・国税、地方税の猶予

\*安来市社協：安来市社会福祉協議会の略

- ④公共料金等の支払が難しい方 (窓口：各事業者)
  - ・上下水道の支払猶予
  - ・電気・ガスの支払猶予
  - ・固定電話、携帯電話の支払猶予
  - ・NHK受信料の支払い猶予

- ⑤仕事や生活に困っている方 (窓口：安来市福祉課)
  - ・専門支援員が解決に向けた支援をします。

出典：島根県、安来市、安来市社協HPより

# 特殊詐欺の被害推移 (島根県)

## ①年代・件数推移

単位：件

年代	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和1年
10代				1	1
20代	2	6	3	6	5
30代	1	5	5	3	2
40代	3	2	3	1	5
50代	3	3	3	7	5
60-64歳	7	1	5	5	5
65-69歳	4	5	7	2	6
70代	31	18	11	7	2
80代以上	19	12	5	9	5
合計	70	52	42	41	36

高齢者比率 (65歳以上)    77%    67%    55%    44%    36%

## ■被害年齢の構成推移 (①表)

- ・被害者総数は、平成27年より徐々に減少して令和1年では半減しました。
- ・平成27年は、65歳以上の高齢者が被害の77%を占めて偏りがありましたが、令和1年は高齢者比率は半減して各世代での被害に変化しています。

## ■被害区分・金額の推移 (②表)

- ・被害金額の推移は、平成27年が約2億9千万円より年々低下をして令和1年では約9千2百万円とほぼ31%まで大きく減少をしています。
- ・平成27年では、被害額の80%が架空請求、8%が還付金詐欺、6%がオレオレ詐欺が占めました。
- ・令和1年では約90%が架空請求による詐欺です。お金は電子マネーとATMでの送金によるだまし取りです。

## ②被害区分・金額推移

被害区分	平成27年(1～12月)		平成28年(1～12月)		平成29年(1～12月)		平成30年(1～12月)		令和1年(1～12月)	
	件数	被害額(万円)	件数	被害額(万円)	件数	被害額(万円)	件数	被害額(万円)	件数	被害額(万円)
架空料金請求詐欺	29	23,585	30	12,510	23	5,100	26	7,619	21	8,223
オレオレ詐欺	9	1,640	4	340	8	2,028	8	1,224	4	250
還付金詐欺	21	2,376	11	934	7	648	1	100		
その他の特殊詐欺			1	1,152	1	1,550	1	420		
金融商品詐欺	4	260	4	1,875			1	760		
交際あっせん詐欺	1	704	1	1,304						
融資保証金詐欺	4	484	1	77			4	186	11	710
ギャンブル詐欺	2	269			3	1,188				
合計	70	29,318	52	18,192	42	10,514	41	10,309	36	9,183

出典：島根県警本部HPより



# 令和2年度 社日地区社会福祉協議会 役員名簿

役職	氏名	備考	役職	氏名	備考
会長	角久夫	社日地区社協会長	評議員	角久夫	社日地区社協会長
副会長	松原健治	社日地区社協副会長	評議員	松原健治	社日地区社協副会長
監事	木戸精一	地区活性化協議会副会長	評議員	近藤充夫	自治会協議会会長(東加茂②)
監事	持田良逸	自治会協議会副会長(八幡町)	評議員	藤井俊彦	自治会協議会副会長(神田町)
顧問	澤田秀夫	現市議会議員	評議員	畑 亘	自治会協議会(宮内町)
顧問	向田 聡	現市議会議員	評議員	真野善久	自治会協議会(西御幸)
顧問	岩佐 篤己	前社日地区社協会長	評議員	野坂和由	自治会協議会(加茂町)
理事	仲田和義	自治会協議会(東御幸)	評議員	原田恒夫	自治会協議会(南城谷)
理事	北尾賢次	自治会協議会(城谷町)	評議員	差海 秀	自治会協議会(東加茂①)
理事	高見將訓	自治会協議会(臼井町)	評議員	田村靖史	自治会協議会(社日町)
理事	野坂啓二	社日地区体育協会会長	評議員	野坂和弘	自治会協議会(東社日)
理事	上杉達美	社日地区体育協会理事長	評議員	名谷和宏	自治会協議会(日立町)
理事	渡部 良	社日小学校教育後援会会長	評議員	二岡康博	自治会協議会(長谷津)
理事	野坂悦由	社日交流センター館長	評議員	吉木咲江	自治会協議会(旭ヶ丘)
理事	藤原常義	地区人権を守り育てる会会長	評議員	島田英記	自治会協議会(桜が丘)
理事	奥村陽吉	地区住民(寿会)	評議員	西田弘志	寿会委員
理事	大島潤子	地区住民(婦人会)	評議員	二岡麻昭	有識者
理事	石原絹枝	民生児童委員	評議員	木戸芳己	民生児童委員
理事	山本敏枝	民生児童委員	評議員	伊達山裕子	民生児童委員(主任児童委員)
理事	吉野和夫	民生児童委員	評議員	角森恵治	民生児童委員
上記計20名			評議員	服部幸子	民生児童委員
事務員			評議員	八幡節子	民生児童委員
事務局長	角森恵治	会長任命(民生児童委員)	上記計22名		
会 計	八幡節子	会長任命(民生児童委員)			

## 令和2年度主な事業内容

- ①在宅福祉事業
  - ・70歳以上のお一人暮らし方(あじさいの会)リクリエーション
  - ・在宅寝たきり老人介護者さんへ慰問
- ②赤い羽根共同募金
- ③歳末助け合い募金運動
- ④青少年健全育成の助成
  - ・社日小学校と城谷保育所に助成
- ⑤地域活動支援
  - 社日地区自治会協議会、安来寿会、安来地区婦人会、社日地区人権を守り育てる会、安来地区民生児童委員協議会、ふるさと祭り実行員会の6団体へ助成
- ⑥広報事業
  - ・社日地区社会福祉協議会の会報誌発行(年2回)
  - ・ホームページの運用

### 香典返し等は社日交流センターへ

社日地区社会福祉協議会では、地区の皆さんからの香典返し、玉串料返し、見舞い返し、一般寄付などは、社日交流センターで受付けていますのでよろしくお願ひいたします。

なお、寄付の方法についてもご相談に応じています。

▽香典返しご寄付( )は故人名

安来町 古志野勝子様(忠男様)  
 岩本 佳久様(猛様)  
 木戸 猛彦様(昭美様)  
 内田 敏明様(博之様)  
 角森真寿美様(久様)  
 宮内町 仲西 都様(晋様)  
 片岡 禮子様(勳次様)  
 月坂町

受付 令和元年11月1日より  
 令和2年5月31日まで

社日地区社会福祉協議会に、御寄付を頂きました次の皆様に厚く御礼申し上げます。

(順不同)

善意のご寄付  
 ありがとうございます。

## 不織布マスクを配布します!

マスクつけることで、咳やくしやみのウイルスを含んだ飛沫を抑えますが、目鼻や口をウイルスに感染した手で触りやすくして接触感染を防ぐ効果もあります。「マスクだけに頼る」だけでなく、「マスク着用+手洗い」などの複数の対策が効果を高めます。



配布用5枚入りマスク

社日地区社会福祉協議会の「新型コロナウイルス感染症拡大防止」に向けた独自の取り組みです。

社日地区にお住いで七十歳以上のお一人暮らしの高齢者の方(約150名)を対象に不織布マスクを民生児童委員さんのご協力で6月末までにお配りする予定です。

～みんなの「いのち」と「暮らし」を守りましょう～