



## ひとむぎ通信 No.5

### 「福祉生協むぎのめになかまが増えました。」

左の写真は、はるばる、大隅の「シオンの舎」からきた烏骨鶏。  
産んだ卵を温め始めました。

右の写真は、トカラヤギの「まる」。食べるの大好きです。  
小屋の前に立つと階段を下りてきてくれます。

「おてっ」ができるように練習中です。

関吉の疎水溝近くのむぎのめ牧場にいます。是非逢いに来てください。



### ひとむぎ診療所やなかまの日常生活用具に関するお助けマン

「あけましておめでとうございます」と年始の挨拶に来て下さった、当組合員でもある吉徳福祉機器の末吉さん（写真右）と西方さん（写真左）をパシャリ📷。

なかまや家族、利用者のかゆいところまで手が届く支援をして下さり、何かあるとすぐに走ってきてくださいます。

相談がある方はお声掛けくださいね。



# コロナに負けない日常生活で気を付けること

## 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。
- 特に居酒屋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、深夜のほしご酒では、短時間の食事に比べて、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、昼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車中でも注意が必要。



### 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。
- 京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。



## 新型コロナウイルスに感染したと思ったら

息苦しさ、強いだるさ、高熱などの強い症状がある

発熱や咳など、比較的軽い風邪の症状がある

すぐに

高齢者・妊婦の方  
基礎疾患のある方  
※ 糖尿病・心不全など

その他の方

すぐに

症状が続く場合

地元の診療所などのかかりつけ医へ電話で相談  
(相談先がない場合は受診・相談センターへ)

感染が疑われる

検査の必要なし

検査

相談先または都道府県から指定を受けた診療所などで実施

陰性

自宅で安静

症状が良くならない場合は再度受診相談窓口またはかかりつけ医に相談

陽性

入院・宿泊・自宅療養

治療

退院・療養終了