

# これならできそう！

準備編

## 現状

～地域の活動者や参加者の声～

- ・外出自粛で体力が弱ってしまった
- ・身綺麗にしていた方が外出さえしなくなってしまった
- ・活動の場がお休みになって、自分の居場所が一つなくなった気がする

なんとかしたい！

## 工夫

～工夫しながら活動再開！（市内事例）～



こんにちは～  
マスク着用。そして検温。



ハンガーラックと  
ビニールシートで飛沫防止



使い捨てポリ手袋  
足ふみ式のごみ箱

## コラム

～活動再開から2か月。活動者の声～

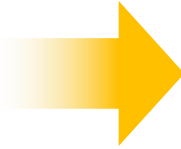
- ・利用時間や開催日を減らして再開しました。まずは月1回から開催してみても、月2回、毎週と徐々にもとに戻しています。
- ・わかる範囲で再開のお知らせを配ってみたら、とても喜んでもらえました。
- ・再開して一番楽しそうにしているのはスタッフで、みんないきいき活動しています。



## ～他市の事例から～

### 30分のお試しサロン (愛媛県松山市石井東地区社会福祉協議会)

出典元:つながりを切らない情報・交流ネットワーク発行「つながる通信」第26号



サロンが活動自粛となって、参加者のその後の様子が気になり、絵手紙を作成して一言を添えて郵送。

受け取った方から電話やはがきで近況の連絡があり、地域でお互いを気遣う機会になった。

やりとりの中で、「寂しい、体力が落ちた、会いたい」という声が多かった。

緊急事態宣言解除を受けて、30分のお試しサロンを開始。

指体操や少しのおしゃべりを楽しんだ。また、きちんと手が洗えているかをチェックする機械を使って、感染予防の意識を高める働きかけをした。

3密を防ぐために、事前に出欠を取って、定員を超えた場合は2回にわけて開催するなどの工夫をしている。

そこで・・・



## ～新たに試してみたこと～

- ・ 2時間でやっていた体操を、人数を半分にして1時間ずつの入れ替え制で実施!
- ・ 映画鑑賞をやってみたら大好評でした! (1回10名くらい)
- ・ パソコン、スマホ教室をやってみたいと思っています!



## ～オンラインでサロン～

オンラインを活用して、これまでにないサロンができるかも?

私たちと一緒にやってみませんか? ご興味のある団体はご連絡ください!

例: オンラインでおしゃべり・合唱・体操・

演奏鑑賞・・・などなど。

**「やってみたよ!」の情報も待っています!**

