



事務局だより 3月号

交流カフェ「みんなで歌おう合唱会」開催レポート

2月開催の交流カフェ内で特別イベント「みんなで歌おう合唱会」を開催しました。

集まった皆さんが一緒になって、「故郷」や「夕焼小焼」など昔なつかしの童謡を歌いました。2時間があっという間にすぎ、参加された方からは「こんなイベントがあったらまた、参加したい」との声も。

歌は、ストレス発散や健康増進にも効果的です。日頃から歌う習慣を取り入れてみてはいかがでしょうか。



交流カフェ

日時：2020年 4月 1日(水)
9:30~11:30

場所：広島市シルバー人材センター
本部4階ロビー交流スペース
(広島市中区西白島町 23-9)

※ 次回開催は5月1日(金)です

新型コロナウイルス感染症の対応について

風邪や季節性インフルエンザ対策と同様にお一人お一人の咳エチケットや手洗いなどの実施がとても重要です。感染症対策に努めていただくようお願いいたします。

(3~4頁に厚生労働省のチラシを、5頁に広島市の相談窓口を掲載しています。)

シルバー活性化検討会議

発足後3年目を迎えたシルバー活性化検討会議は、一昨年「提言」、昨年「講評」として意見をいただいた項目の事業への反映状況、その効果などを4回の会議と他都市視察を通じ、議論・検討し意見としてまといただきました。

そして2月28日（金）、シルバー活性化検討会議から当センター理事長に対し、令和元年度事業の検証と評価について講評をいただきました。この講評を受けて、シルバー人材センターのさらなる活性化を目指し、事業を展開していきたいと思えます。



入会説明会

1月から2月にかけて入会説明会を開催し多くの方にご参加、ご入会いただきました。この入会説明会は、より多くの方に入会のきっかけを提供するため、シルバー人材センターのほか、地元の公民館や区民文化センターにおいて開催しました。

なお、今回の入会説明会に参加できなかったという方も、各事務所で随時、入会説明及び受付を行っておりますのでお近くの事務所にお立ち寄りください。

また、お知り合いで入会をお考えの方がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介ください。

令和元年度 入会説明会等実施状況

（令和2年2月末現在）

入会説明会 合計13回開催

参加223名／うち入会99名



仲間が増えました！



2月26日入会説明会（安佐南区民文化センター）

南区スポーツセンターまつり

2月9日（日）南区スポーツセンターにおいて、「南区スポーツセンターまつり」が開催され、シルバー事業のPRのために参加しました。

当日は、延べ1,896名の参加があり、参加者へリーフレットや粗品の配布、『シルバーリサイクルショップ』の会員の手作りの品やリサイクル衣類の出張販売をおこないシルバー事業のPRに努めました。

新型コロナウイルスを防ぐには

新型コロナウイルス感染症とは

ウイルス性の風邪の一種です。発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。
感染から発症までの潜伏期間は1日から12.5日（多くは5日から6日）といわれています。

新型コロナウイルスは飛沫感染と接触感染によりうつるといわれています。

飛沫感染	感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。
接触感染	感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

重症化すると肺炎となり、死亡例も確認されているので注意しましょう。
特にご高齢の方や基礎疾患のある方は重症化しやすい可能性が考えられます。

日常生活で気を付けること

まずは手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。

咳などの症状がある方は、咳やくしゃみを手で押さえると、その手で触ったものにウイルスが付着し、ドアノブなどを介して他の方に病気をうつす可能性がありますので、咳エチケットを行ってください。

持病がある方、ご高齢の方は、できるだけ人混みの多い場所を避けるなど、より一層注意してください。

発熱等の風邪の症状が見られるときは、学校や会社を休んでください。

発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録してください。

こんな方はご注意ください

次の症状がある方は「帰国者・接触者相談センター」にご相談ください。

風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている
(解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます)

強いだるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある

※ 高齢者や基礎疾患等のある方は、上の状態が2日程度続く場合

センターでご相談の結果、新型コロナウイルス感染の疑いのある場合には、専門の「帰国者・接触者外来」をご紹介します。

マスクを着用し、公共交通機関の利用を避けて受診してください。

「帰国者・接触者相談センター」はすべての都道府県で設置しています。
詳しくは以下のURLまたはQRコードからご覧いただけます。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19-kikokusyasessyokusya.html



一般的なお問い合わせなどはこちら

その他、ご自身の症状に不安がある場合など、一般的なお問い合わせについては、次の窓口にご相談ください。

厚生労働省相談窓口 電話番号 0120-565653 (フリーダイヤル)

受付時間 9:00~21:00 (土日・祝日も実施)

聴覚に障害のある方をはじめ、電話でのご相談が難しい方 FAX 03-3595-2756

<都道府県の連絡欄>

--

相談窓口

保健センター等	連絡先（電話）		連絡先（FAX）	お住まいの区
	平日 8時30分～ 17時00分	左記以外の 時間	平日 8時30分～ 17時15分	
広島市中保健センター	(082) 504-2528	(082) 241-4566 コールセンターで対応します。	(082) 504-2175	広島市中区
広島市東保健センター	(082) 568-7729		(082) 568-7781	広島市東区
広島市南保健センター	(082) 250-4108		(082) 254-9184	広島市南区
広島市西保健センター	(082) 294-6235		(082) 233-9621	広島市西区
広島市安佐南保健センター	(082) 831-4942		(082) 870-2255	広島市安佐南区
広島市安佐北保健センター	(082) 819-0586		(082) 819-0602	広島市安佐北区
広島市安芸保健センター	(082) 821-2809		(082) 821-2832	広島市安芸区
広島市佐伯保健センター	(082) 943-9731		(082) 923-1611	広島市佐伯区
広島市健康推進課	(082) 504-2622		(082) 504-2258	

（参考）厚生労働省の電話相談窓口

厚生労働省にも電話相談窓口が設置されています。

○電話番号 0120-565653（フリーダイヤル）

○受付時間 9時00分～21時00分（土日・祝日も実施）

また、聴覚に障害のある方をはじめ、電話での御相談が難しい方に向けて、FAX（03-3595-2756）でも受付を行っています。