



メープルつうしん

特定非営利活動法人ひだまり

理事長 平井 紳一

メープルリーフ担当 高柳

所在地：〒263-0005 稲毛区長沼町32番地

Tel：043-258-8604 Fax：043-310-5061

E-mail：mapleleaf@almond.ocn.ne.jp（添付文書OK）

*NPO ひだまりホームページ <https://www.hidamari.or.jp>

☆ 新型コロナウイルス感染症への基本的な考え方。

ようやく梅雨が明けました。本当ならば、これからが夏本番で、楽しみがたくさん待っていた筈なのですが、首都圏だけでなく、全国で新型コロナウイルス感染症の感染拡大が止まらない状況になっています。

外出や旅行、余暇を過ごす際だけでなく、普段の生活から、どんな場所、どんな行動が感染する可能性を高めるのか、感染する機会になってしまうのかを知り、日常生活において、手洗いの徹底を習慣化できているのか、必要な際には手指消毒を行えているかなどの感染リスクの管理こそが、今後の生活においては必要です。

まだまだ何が効くとか、これさえすれば大丈夫といった薬も、除菌・消毒剤も、マスクもありません。地道ではありますが、まずは手洗いを確実に行いましょう。

☆ 土休日のお出かけについて。

非常に残念なのですが、土休日については、お出かけをお断りさせていただく範囲を東京方面だけでなく、船橋より東京側と広げます。ご了承ください。

☆ 9月の予定・予約表の締め切りに関して

9月予約表締め切り

8月15日（土）17:00

- ※ 電話、FAX、メール等での予約も受け付けております。
- ※ 締め切りまでに予約が間に合わない場合には、必ずご一報ください。
- ※ 様々なサービスの利用制限や、閉店なども相次いでおります。今までと同じお出かけ先に行けない場合なども多くありますので、その際には、予約を頂いた時点で、内容確認をさせていただいております。

☆ うがいや消毒行為について。

申し訳ありませんが、うがい液を利用する、しないに関わらず、メープルリーフでは外出中のうがいについては推奨しませんし、お手伝いもできません。

帰宅後すぐの水によるうがいについては、冬場の風邪予防にお勧めしていましたが、新型コロナウイルス感染症の感染予防に効果があるかも実はまだわかっていません。

様々なご意見はあるかと思いますが、正しく予防や消毒の効果を持つと証明されたものは、日本においては厚労省や経産省、文科省が責任をもってホームページで紹介しているもの以外にはないと考えています。メープルリーフのFacebookで、どなたにでも見られるように情報をシェアしておりますので、そちらも参考にいただければ幸いです。

行き過ぎた消毒は、そのまま人体に有害なことや、行うことで別の疾病の原因になることや、ほかの健康上の問題を引き起こすこともあります。

やり過ぎに注意して、十分な健康対策を行っていきましょう。

☆ 自宅で過ごしている時や、就寝中の熱中症にも、ご注意ください。

梅雨明けを迎え、8月中は非常に暑くなることが予想されます。

ご自宅で過ごされている場合にも、以下の点に気を付け、利用者さんだけでなく、ご家族の皆様も体調管理にご留意ください。

室温が30℃を超え、更に湿度が70%よりも高い時は、扇風機には意味がありません。(ぜひ、気温と湿度のわかる時計を見やすい場所にご用意ください)

クーラーの設定温度は26～28℃で、寒く感じられる場合には、吹き出し口の角度を調整し、クーラーの風に直接当たらないようにしてご利用ください。

お風呂に入る前、夜寝る前なども、コップ一杯程度の水を飲んでおくと熱中症予防になります。自宅でも、意識的に水分補給を行ってください。

☆ スタッフ小川のお休みについて。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を受け、残念ながら渡航の見通しが全く立っておりません。見通しが立つまでの間は、変わらずに支援に入りますので、よろしく願います。