



---

## 2. 感染症を予防しながら社会活動に参加しましょう

---

新型コロナウイルス感染症の緊急事態措置が解除され、少しずつ地域での活動を再開していると思いますが、引き続き感染防止対策を徹底し、感染予防に留意しながら活動に参加しましょう。

感染拡大防止のため、以下の点に注意してください。

◆ワクチン接種後の方も含めて、以下の対策を徹底しましょう。

- マスク着用（不織布マスクで隙間なくフィット）
- 手指衛生（頻繁な手洗い、消毒）
- 密回避（密閉・密集・密接のどれか1つでも回避）
- こまめに換気
- 体調管理（体調不良時には全ての行動をストップ）

◆感染リスクが高まる以下の「5つの場面」を回避しましょう。

- 飲酒を伴う懇親会等（注意力が低下する、大声になりやすい）
- 大人数や長時間に及ぶ飲食（2次会・3次会、深夜のはしご酒等）
- マスクなしでの会話（車やバスでの移動の際も要注意）
- 狭い空間での共同生活（寮の部屋やトイレなど共用部分）
- 居場所の切り替わり（休憩室、喫煙所、更衣室等は要注意）

◆体操など体を動かす時には以下の点に気を付けましょう。

- マスクを着けて運動をする場合は、無理をせず、早めに休憩する
- 公園など屋外で人との十分な距離（2m以上）を確保できる場合はマスクを外して実施する
- 熱中症予防のため、こまめに水分補給や室温を調整する

---

## 3. 介護に関する入門的研修 参加者募集中

---

現在、岐阜県が実施する「介護に関する入門的研修」の参加者を募集しています。

この研修は、介護職未経験の方を対象としており、高齢者のみなさまにもご参加いただけます。

介護に関する基本的な知識や技術の研修に併せて、介護周辺の業務を担うケアパートナー（介護助手）への就労についてのガイダンスや相談会も実施しますので、介護にご興味のある方はぜひご参加ください。

<実施時期>

令和4年1月～2月 ※ 研修は4日間あります

<実施地域>

岐阜市、大垣市、可児市、多治見市、高山市の5カ所で開催

<研修参加の申込期限>

令和3年12月24日（金）

なお、研修の説明会を令和3年12月に実施します。

詳しい会場や日程などについては、こちらをご覧ください。

介護に関する入門的研修参加者募集ページ：

<https://solasto-learning.com/ext/gifu-senior-working.html>

=====

高齢者生きがいづくり応援メールマガジン 発行者

岐阜県 健康福祉部 高齢福祉課 高齢者生きがい応援窓口

〒500-8385 岐阜市下奈良2-2-1 岐阜県福祉・農業会館5階

（一般財団法人 岐阜県老人クラブ連合会内）

〈電話〉 058-273-1233

〈メール〉 koureisha-ouen@govt.pref.gifu.jp

=====