

市長 コラム

column No.170

協力に感謝

文 | 笠間市長 山口伸樹

4月17日 現在の状況

写真 / 提供されたマスク



新型コロナウイルス感染症が拡大する中で、全国的にマスク不足が深刻な問題となつていきます。現在、国が一定の管理のもと、医療機関や福祉施設等を優先的にマスクを配布し、世帯戸あたり2枚ずつマスクの配布を行つているところです。

本市においても、当初より、災害時など有事に備えて市立病院や消防等で使用するマスクは確保してありますが、余分な量は備蓄していない状況です。一方で、学校休校に伴う児童クラブの臨時開放や公民館でのお子様預かり業務の拡大などによりマスクの需要が高まり、市ではマスク確保のため、市内企業に対しマスク提供を呼びかけたところ、早速8企業から約1,800枚の無償提供がありました。また、市民の方などからも、これまで約1,500枚のマスクを寄付していただきました。

さらには、社会福祉協議会のボランティア連絡協議会からは、県内で一番早く手作りマスクの無償提供があり、現在も市のために継続して作成に取り組んでいるとのことです。それぞれのいただいたマスクは、関係機関や妊婦の方へ配布し有効に活用させていただきます。マスク以外にも、企業からは消毒液等の寄付もありました。感染症対策については、様々な機関の皆様にご支援ご協力をいただいております、心から感謝を申し上げます。

今後も市民の皆さんと一体となって感染の拡大防止に取り組んで参る所存です。

今月の ピックアップ

巣ごもり生活でも
健康長寿!



新型コロナウイルス感染症が流行しているこの時期、運動や趣味のサークルも中止になり、活動量が落ちていませんか? 介護予防のために高齢者のみなさまに気をつけてほしいポイントを紹介します。

1. 運動のポイント (10ページをご覧ください)

動かない(生活が不活発な)状態が続くことで、体や頭の働きが低下しないようにすることが大切です。

★座っている時間を減らし、こまめに動きましょう。

★筋力を維持しましょう。テレビを見ながら手足をのばす簡単な体操を試みませんか? ラジオ体操などでもいいですよ。

★気分転換に散歩を楽しみましょう。ただし人ごみを避けることが大切です。

2. 食生活・口腔ケアのポイント

★三食欠かさず、なんでもバランスよく食べましょう。

★しっかりとよく噛んで食べましょう。食事の前にお口を動かす体操をしたり、食後は歯や入れ歯の手入れをするなど、口腔ケアに努めましょう。

3. 人との交流のポイント

★みんなで交流することが少なくなったこの時期、電話で誰かと話すなど、お互いに支えあうことを心がけましょう。

問い合わせ 地域包括支援センター 0296785871(直通)