

# 東部地区社会福祉協議会だより

東部地区社会福祉協議会発行（発行責任者 井上敏春）

師走の寒さが身にしみ、暮れもいよいよ押し迫り、慌ただしくなってきましたが、いかがお過ごしでしょうか。

『東部地区社会福祉協議会』は、社会福祉法人松本市社会福祉協議会が、市内35地区に設置した同協議会の支会です。

年の瀬が押し迫ってくると、何かと気ぜわしくなりますが、お体にお気をつけて、良い年未年始をお迎えください。

## 『歳末たすけあい募金』に ご協力ください

東部地区では、毎年12月に『歳末たすけあい募金』活動を実施しています。

歳末たすけあい運動は、共同募金活動の一環として全国で実施されています。元々は、戦後生活に困窮する皆さんに、温かいお正月を過ごしてほしいといった「共助の心」から始まりました。

その後、地域福祉や在宅福祉が活発に行われる状況に鑑みて、歳末たすけあい運動による各地域の福祉活動の推進に使われるようになりました。

この募金は、毎年、多くの皆さんからご賛同をいただき、東部地区への配分金を地区の福祉活動に活用しております。

今年も12月1日から23日までの間、各町会の役員や松本市社会福祉協議会の職員等が中心となって募金活動を行います。

地域に暮らす皆さんが、“笑顔”になる活動へのご協力をお願いします。



愛ちゃんと希望くん

# 冬の感染症にご注意！ しっかり予防対策をしましょう

## 新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザの同時流行に注意！

気温が下がり、空気が乾燥する冬は、インフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行しやすい季節です。

感染症の種類は違っていても、基本的な予防対策は同じです。改めて感染症予防対策について確認し、一人ひとりが意識して感染症予防に努めましょう。

また、基本的な感染症の予防対策は、新型コロナウイルス感染症にも有効です。

### ◆感染症にかからないためにはどうすればいいの？

- ①感染経路を断つ … 飛沫感染・接触感染を防ぐためには「こまめな手洗い」が一番の基本
- ②予防接種を受ける … 発症する可能性を減らし、発症した場合も症状が重くなることを防ぎます
- ③免疫力を高める … バランスの良い「食事」、十分な「睡眠」、「加湿」と「換気」

## 年末・年始に向けて

皆さんの周りに、一人暮らし世帯や高齢者のみの世帯、何らかの手助けを必要とする方がいましたら、いつもより少し気にかけていただき、温かいお声がけや見守りをお願いします。

新聞や郵便物がたまっていたり、最近家の電気がついていない、姿を見かけないなど、普段と様子が違い心配な場合には、民生委員、中央地域包括支援センター、市役所高齢福祉課、地域づくりセンター、地区生活支援員などにご連絡ください。

地区生活支援員の役割とは…

- 地域の困りごとの把握
- サービスの担い手の育成
- 困りごととサービスのマッチング・サービスの開発

※『生活の困りごと』がありましたら、お気軽にお声がけください。

