

ふれあいサロン通信

臨時便

苦小牧市社会福祉協議会
ハートマちゃん



○2020年（令和2年）6月発行

今、できることは？



●6月18日（木）に開催予定でした「社協サロン」はお休みします
（7月以降の開催を検討中です）

●参加人数に関係なく、サロンを開催する場所に
使い捨てマスク（50枚）を助成します。

（ご連絡いただければ、お届けに行きます。）

※今後の状況を考慮しながら、参加者および関係者の健康・安全面を第一に考慮させていただきながら実施させていただきます。



緊急事態宣言が解除されましたが、以前としてみなさん不安な日々をお過ごしのことと思います。苦小牧市内でも、ふれあいサロンを開催できない日が続いており、みなさんの笑顔に会えないのを寂しく思っています。

今回の臨時サロン通信では、今、サロンを安心して再開するためにできることをご紹介します！参考にいただき、一日も早く安全にサロンが再開できることを願っています。（P2～4をご覧ください）



【お問合せ】

苦小牧市社会福祉協議会 地域福祉課

住所：苦小牧市若草町3丁目3-8 市民活動センター内

電話：32-7111 FAX：34-8141





サロンをするためには！！
今できる！！5つのこと！！

1 必ず！！

手洗い・アルコール消毒しよう

①手を洗う



ポイント

- ①流水でよく手を濡らして、石鹸をつけ、手のひらでよくこすきましょう！
- ②手の甲→指先・爪の先→指の間→親指・手のひらの順に念入りに洗います。
- ③必ず 30 秒かけましょう！！

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

①



流水でよく手をぬらした後、石鹸をつけ、手のひらをよくこすります。

②



手の甲をのぼすようにこすります。

③



指先・爪の間を念入りにこすります。

④



指の間を洗います。

⑤



親指と手のひらをねじり洗いします。

⑥



手首も忘れずに洗います。

②アルコール消毒をしよう

エタノール含有消毒薬による手指消毒



十分な量を

手のひらに取ります。



手のひらを

こすりあわせます。



手の甲を合わせて

すりこみます。



指先・爪の間に

すりこみます。



指の間に

すりこみます。



親指をねじり合わせて

すりこみます。

2 必ず！マスクは着用！



ボッチャをする時も
マスクはしましょう！

3 できるだけ人と人の間 を開ける！



4 しっかり換気をしましょう！



夏は扇風機を利用
しましょう！

5 水分補給は忘れずに！



マスクをしていると、熱中症や脱水に
なりやすいので、水分補給はこまめに
しましょう！！

サロンをするために
5つのことをやってみてください！