



No.31

令和3年4月発行
マリン児島地区
社会福祉協議会
(児島小学校区)
事務局 ☎472-9667
印刷 (株)タナベ印刷

私たちの すべきこと

コロナ
特集

新型コロナウイルス ウイルスに負けない！

★新型コロナウイルス ウイルス感染症とは

発熱やのどの痛み、咳が
長引くこと(1週間前後)
が多く、強いだるさ(倦怠
感)を訴える方が多いこと
が特徴です。特に高齢の
方や基礎疾患のある方は
重症化しやすい可能性が
考えられます。

新型コロナウイルスは飛沫感染と接
触感染により感染します。空気感染は
起きていないと考えられていますが、閉
鎖した空間・近距離での大人数の会話
等には注意が必要です。

★まずは手洗い

接触感染を防ぐには、手
洗いが特に重要です。倉敷
市では、せっけんの使用と



★咳エチケット

咳エチケットは新型コロナウイルス感
染症を他人に感染させないため咳・く
しゃみをする際にマスクやティッシュ・ハ
ンカチ、袖を使って口や鼻を押さえるこ

とです。特に電車や職場、学校などが
集まるところで実践することが大切で
す。

また、新型コロナウイルス感染症は感
染している場合でも咳等の症状が出な
い場合があることが知られています。無
症状の場合でも会話等による飛沫から
感染が広がる恐れがあ
ります。症状がなくな
っても平時からマスクの着
用が大切です。

★目指せ！ゼロ密

3つの密、「密閉」「密集」「密接」をさ
けてゼロ密を目指しましょう。新型コロ
ナウイルス感染症はこれらの状態で、感



かかりつけ医のいる方

かかりつけ医に電話相談

かかりつけ医が診療・検査医療機関でない場合もありますが、診療・検査医療機関を紹介してもらえます。

かかりつけ医のいない方

岡山県 新型コロナウイルス受診相談センターへ
ホームページで探す または 電話相談

倉敷市 24時間対応
平日 : 9時~21時
(土)(日)(祝) : 9時~17時
☎ 086-434-9819
★上記以外の時間は応答メッセージに従ってください
FAX 086-434-9805 (9時~17時)

岡山県 (休日) (土)(日)(祝) : 8時~18時
☎ 086-226-7925 (担当医療機関へ転送)

発熱や咳などの症状が出た場合

発熱や咳などの症状が出た場合の対応

染が発生するとクラスター(集団感染)
につながる恐れがあります。

★発熱などの症状が出た場合は？

「かかりつけ医をお持ちの方」
「かかりつけ医へ電話でご相談くださ
い。」

「かかりつけ医をお持ちでない方」

岡山県ホームページで診療・検査医
療機関を検索していただくか、新型コロ
ナウイルス受診相談センターへご相談
ください。

★倉敷市の情報を得るには？

メルマガを使って新型コロナウイルス
に関する情報を手に入れましょう。新
型コロナウイルスに関する感染予防や
心身の健康づくり等の情報を随時お届
けしています。倉敷市保健所のメルマガ



倉敷市のメルマガの登録の仕方

(令和3年2月19日現在)
参考・倉敷市ホームページ

を登録していただき、新型コロナウイルス
に関する情報をご自身・ご家族のた
めにお役立てください。
また最新の情報は倉敷市ホームペー
ジをご確認ください。

《児島保健推進室》

「観えなう」の大切さ



会長 岡田 文夫

コロナ禍の中でマリン常務委員、その
他関係者の方々の活動に感謝いたしま
す。今後とも前向きな姿勢で取り組ん
で参りたいと思いますので、どうぞよろ
しくお願い申し上げます。
さて、コロナ危機のさなかで、社会に
差別や偏見・いじめ・誹謗中傷がなぜ起
こったかが問われます。その一つとして
知識では判っていても心がないから、つ
い差別偏見の言葉がでてしまします。人
は、何をすべきかどんな努力が必要かを
思い、少しでも人の役に立てばと思い、
心豊かに社会に取り組み、活動してい
なければいけません。それには、
「観えなう」の大切さを「見」、人づくり
(潤いのある人)とは。」

平成元年4月倉敷市立琴浦北小学
校長に赴任し、地域の方から相談を受
けました。それは、地域の歴史を絶やし
たくない、むしろ発展させたいが、どう
したものかとの相談でした。それなら毎
夜体育館で練習されている太鼓に託し
たらどうかという事で話が決まりました
。今ある太鼓は、3個であちこちら
から借りているもので、これから資金集
めや後援会づくり、その他課題が多く
前途多難でした。そんな事から石川県
浅野太鼓製作所へ出向いていきました。
製作所は学校のような所で広い運動場
には太くて大きい丸太がたくさん横た
わっていました。体育館のような建物の
中で、大きささまざまな太鼓がつくら



観えなう音の神様仏様
であるからということ
です。なぜ観音様を拝
するかは、字の如く「観
音様」「音は観えない」
「観えなう」の大切さ

です。胴体内の掘り方一つ、皮の張り方一
つで音は変わってくる難しさがあると
語ってくれました。人の育成も同じであ
りましょう。真に人を見るには、「観え
ない」ところを見る事の大切さ「人を叱
るにも表面だけを見て叱るのではなく、
観えなう」の大切さを「見」、人づくり
(潤いのある人)とは。」

「心」は観えないが「心配り」は見えて
きます。「思い」は観えないが「思いやり」
は見えてきます。人間関係には、「心配
り」や「思いやり」のある人は、心の豊か
な潤いのある人で「和」が生まれ、さら
に「絆」や「信頼」関係も生まれます。人間
の存在価値は人間関係の中にあるとも
言われています。「心配り」や「思いやり」
を育てていく事が人生の幸せの元とも
思われます。歴史的にも人から信頼さ
れ慕われ一生人のために尽くした人は
神様仏様と崇められています。
「菅原道真」「道元」「空海」その他。
「音楽は人の心をゆさぶる」
「真の幸せは人が幸せになってこそ自
分も幸せになってくるものである」



地域を目指して

1 コロナ差別のない

【小地域ケア会議の取組み】

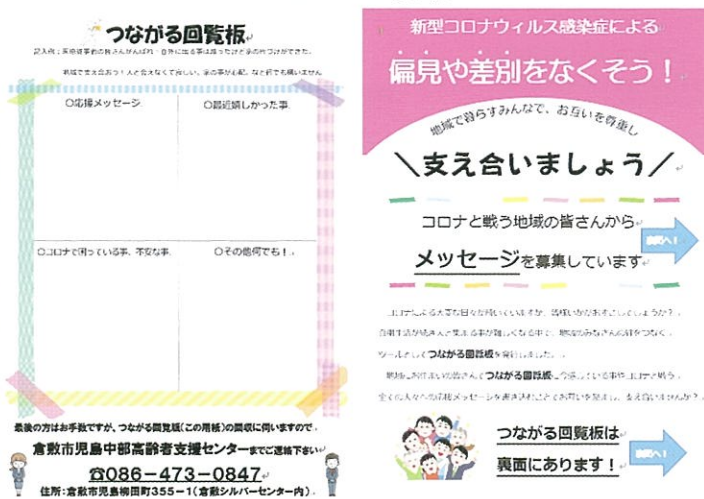
コロナウイルスの感染症が広がってから約一年…。今まで当たり前だった日常は一変しました。コロナウイルスは誰もが感染する可能性のある病気。

しかし感染者や家族、医療従事者に対して心無い差別や誹謗中傷が起こっているのも事実です。

小地域ケア会議では、「コロナウイルスに感染しても支え合う事ができる地域づくりに向け」てをテーマに「つながる回覧板づくり」に取り組んでいます。

この回覧板はコロナによる差別の防止に役立てると共に、ウイルスと戦う全ての人が支え合う気持ちを持ちたいという思いで作成しています。

つながる回覧板



この回覧板は児島小学校区にお住まいの皆様のもとへ回覧させて頂く予定になっています。地域の皆様にこの取り組みに参加して頂き、お互いを尊重し合う事で、少しでも前向きな気持ちにな

出番です！

3 コロナ禍元気づけウォーク

愛育委員会主催の「健康ウォーク」が、12月4日天候にも恵まれて開催されました。コロナ禍感染対策は万全の準備をしました。



準備体操から

いろいろな活動が中止になる中、外の活動というところもあり皆さんが待ち望んでいたというところが、86名もの参加というところから

もよくわかります。体を動かすウォークは、身体的にも精神的にも意義のある活動でした。

今回は目的の地を中山運動公園、個人に合わせて運動量も調節でき途中でUターンもできますが、ほとんどの人が完歩していました。運動公園で水分補給も準備していただき、また元気が湧いてきました。行きは登り、帰りは下りと快適なコースだったと思います。昨年までは手打ちうどんをいただいていたのが会食を避け、お菓子や除菌シートを参加賞として渡しました。けがもなく無事終了してよかったと思います。

【児島愛育委員会副会長(柳田担当)

畑本 厚子】

地域だより

4 明るい充実した生活めざして

白田地区には公園がなく遊ぶ場所がありません。白田長寿会の少人数7名で、竜王保育園のグラウンドを借りて始めたのが平成15年4月でした。

会員を天満・上城の人に呼び掛けて、現在88才〜74才で、平均年齢82才の18名で小川四丁目公園で月曜〜土曜日まで公園の管理をしてから練習を始めています。

健康の維持、家族や仲間との絆、そして明るい充実した生活を目的とし、月例会・行事等大会に参加して楽しさを実感しております。



楽しさを実感

2 ほっこりなごんだ 高齢者の集い

去る11月20日、小川公会堂でのマリン児島地区社会福祉協議会主催の「高齢者のつどい」に参加しました。

★児島警察署からの振り込め詐欺防止のお話

★高齢者支援センターからの健康体操と脳トレ指導

特に脳トレの指先体操には私も力が入りました。久々に脳をリフレッシュ、これなら家でひとりでもできそうです。

また振り込め詐欺の話では、詐欺から身を守るための予防策や被害にあった時の対処法など身近に起きた例を取り上げて発表してくださり解りやすく学ぶことができました。ありがとうございました。



よかったあ…

今、コロナ禍により外出を控えることが多くなりました。会う機会の少なくなりましたが近所同士が感染に気を付けながら少しの時間を共有できたことは貴重でした。予防をしながら丁寧に迎入れてくださる愛育委員さん、その他の世話役の方々も印象的でほっこり心がなごみました。改めて人々の暖かい結びつきや地域の魅力を大切にしなければという思いを感じました。お茶とお菓子をいただいて帰る道すがら、今年も参加できてよかったあ…またね(笑) 森 揚子

5 卒寿を超えて⑫



下小川 岡野房子さん(95才) お手本 あっぱれ人生

香川、観

音寺女学校を卒業され、戦後児島へ嫁して来られ70年以上。二男一女の子供さんがおられます。前は、自転車に乗った事もあったそうですが、やめて歩くこと数十年。

姑さんがお針

最後に声を掛けてくれた元会長に感謝しております。

民生委員も長い間され、趣味では大正琴グループの人達とハワイまで演奏にも行かれました。

今では、地域の人達とグラウンドゴルフや最近ではデイサービスに行かれ、色んな作品を作られています。

5年位前から地域のサロンに参加され、般若心経を書いたり話したり、お茶をしたりと楽しんでおられました。が、昨年からコロナの影響でお休みだそうなんです。時間があれば数独など時間を有効に使われ、私達のお手本の様です。

これからも色々とお話を聞きたい、あっぱれな方でした。