

地区だより

……… 令和3年1月1日発行

ほくしん

<地区人口と世帯数>

男 16,518人 女 17,077人
計 33,595人
世帯数: 14,834世帯
(12月1日現在)

2021

1月号

北信支所からのお知らせ

【編集発行】

福島市役所北信支所

〒960-0102 福島市鎌田字中江1番地

☎554-1111 ㊟552-2477

寒冷な場面における新型コロナウイルス感染防止等のポイント

1. 基本的な感染防止対策の実施

- マスクを着用(ウイルスを移さない) ○人と人の距離を確保(1mを目安に)
- 「5つの場面」「感染リスクを下げながら会食を楽しむ工夫」を参考に ○3密を避ける、大声を出さない

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面① 飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事と比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



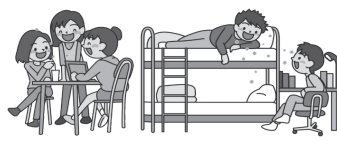
場面③ マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、屋カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



場面④ 狭い空間での共同生活

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



場面⑤ 居場所の切り替わり

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まる可能性がある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



2. 寒い環境でも換気の実施

- 機械換気による常時換気(強制的に換気を行うもので2003年7月以降は住宅にも設置。)
- 機械換気が設置されていない場合は、室温が下がらない範囲で常時窓開け(窓を少し開け、室温は18℃以上を目安!) また、連続した部屋等を用いた2段階の換気やHEPAフィルター付きの空気清浄機の使用も考えられる(例: 使用していない部屋の窓を大きく開ける)

- 飲食店等で可能な場合は、CO₂センサーを設置し、二酸化炭素濃度をモニターし、適切な換気により1000ppm以下(*)を維持
- *機械換気の場合。窓開け換気の場合は目安

3. 適度な保湿(湿度40%以上を目安)

- 換気しながら加湿を(加湿器使用や洗濯物の室内干し)
- こまめな拭き掃除を



福島市 飲食モデル

感染リスクを下げ、飲食を楽しむ

6つの工夫

懇親を深める会食の場面も増えてくるこれからの時期、感染リスクを下げながら飲食を楽しむ工夫・ポイントをご紹介します。

1 感染防止対策をしている店舗を選びましょう

広い会場、換気・消毒の実施状況を事前に確認しましょう



2 飲食は「少人数・短時間」にしましょう

深酒・はしご酒は控えましょう



3 大声での会話は控えましょう

飛沫を抑えるため、できるだけ小声で会話しましょう



4 飲食の時間以外はマスクをしましょう

飲食中であっても、会話する際はマスクをしましょう



5 食器は共有せずそれぞれ使いましょう

箸や食器の使い回し、飲み回しは避けましょう



6 体調が悪いときは利用を控えましょう

元気になってから、美味しく楽しく食事をしましょう



北信東地域包括支援センターより!

ご注意ください! 高齢者の詐欺被害が増えています

- ・金融機関関係者や役所職員、警察官などを装ってキャッシュカードを偽物とすり替えてだまし取る。最近ではカードが使えないことを納得させるため、機械の読み込みに必要な磁気部分を避け、あえて被害者の前でカードにはさみを入れる。
- ・最近では犯人自らATMに行き、聞き出した暗証番号で現金を引き出す。

注意のポイント

- ※不審な電話はすぐに切り、来訪の申し出は断る。
- ※金銭を要求されても決して支払わない。
- ※一人で判断せずに、家族や関係機関へ相談する。

主な相談先

福島市消費生活センター
☎024-522-5999

福島北警察署
☎024-554-0110

北信西地域包括支援センター
☎024-552-5544

北信東地域包括支援センター
☎024-553-1555

(担当地区: 南・北矢野目、丸子、北信支所管内の鎌田・本内)

(担当地区: 瀬上、宮代、冲高、下飯坂)

謹んで

皆さまにとってますます充実した一年となりますよう、心よりお祈りいたします。

本年ももちろし学習センターをよろしくお願い申し上げます。

令和3年 元旦 もちずり学習センター 職員一同

もちずり地区
新春囲碁将棋大会

- 日時 1月24日(日) 8:00から受付、8:30開始
■場所 もちずり学習センター
■申込み 1月17日(日)までに参加費を添えて申込みください。

種目	クラス分け対抗戦	参加費
囲碁	Aクラス(三段以上) Bクラス(初・二段) Cクラス(1級以下)	※中学生以上は 1人500円 小学生は1人200円 (賞品代)
将棋	Aクラス(二段以上) Bクラス(初段以下) Cクラス(小学生)	

もちずりスキー・スノボ教室

- 日 時**：2月6日(土)、7日(日) ※両日帰り
■場 所：二本松市塩沢スキー場
■対 象：小学4～6年生
■内 容：初心者、初級者向けレッスン
■講 師：塩沢スキー場インストラクター **■定 員**：12名
■参加費：5,500円
- その他、用具やウェア等をレンタルする場合は別途レンタル料が必要です。詳しくはお問い合わせください。
- 申 込**：1月9日(土)～1月17日(日)まで参加費とレンタル料を添えてお申込みください。
- ※窓口受付 1月9日は9：30～17：45まで、1月10日以降9：00～17：45
 ※電話受付 1月9日は10：00～17：45まで、1月10日以降9：00～17：45
 （1月17日(日)までに学習センター窓口へ申込書と参加費を提出いただきます）
 ※火曜日・祝日は休館日のため受付できません。
 ※申込者数が定員に達した後はキャンセル待ちとなります。
- その他**：申込人数が少数の場合は中止となる場合がありますのでご了承願います。

もちずり女性講座
ルーシダットン教室

- 日 時 1月21日(木)
午前10時～11時30分
- 講 師 高畑 有美恵 氏
- 場 所 もちずり学習センター
2階ホール
- 対象者 もちずり地区在住またはもちずり地区内で活動する一般女性
- 定 員 16名
- 参加費 100円
- 申 込 1月4日(月)9:00～学習センター窓口で受付。
定員になり次第締め切り

手作りホワイトハーブソーセージ作り #1

- 楽しんで学べる！新たな趣味としても！（作ったものは、テイクアウトします）
- 日 時 2月3日(水) 午後7時～9時
 - 講 師 ブルーワーズ倶楽部 菅野 悟 先生
 - 場 所 もちずり学習センター 実習室
 - 定 員 8名(先着順)
 - 参加費 1,500円
(27日(水)以降のキャンセルは返金対応ができません)
 - 申 込 1月4日(月)～1月27日(水)のあいだに窓口またはホームページから受付。
 - その他 3月3日(水)に、「手作りモッツアレチーズ作り」を予定しています。

読書会 ～読書の習慣づくり、アウトプットの間～

本でつながる学びの広場です。気軽にふらっと話しましょう。

- 日 時 1月17日(日) 午前10時～11時
●場 所 もちずり学習センター 第一研修室
●定 員 8名
●持参物 1冊お勧めする本／借りているものでも可
●申 込 当日受付(事前申込み不要)
●その他 話を聞いてみるだけの参加でもかまいません
- 



詳しくは、「もちメン」または、右記 QR コードで検索！

図書室だより

- ★おひざにだっこのおはなし会 ※15分の短縮版、定員親子5組(先着順)
 日 時 1月14日(木) 午前10時30分～
 会 場 もちずり学習センター 和室
 内 容 てあそび、わらべうた、絵本の読み聞かせ など
- おはなしバスケット ※20分の短縮版、定員親子5組(先着順)
 日 時 1月23日(土) 午後2時～
 会 場 もちずり学習センター 第一研修室
 テーマ 「どうぶつ」
 内 容 絵本の読み聞かせ など
- 大人のための朗読会
 日 時 1月16日(土) 午後2時～2時20分
 会 場 もちずり学習センター 第一研修室
 定 員 10名(先着順)
- 



【その他】
図書室の休館日 毎週の火曜日、12月28日(月)～1月3日(日)、11日(月)、29日(金)

移動図書館しのぶ号

- 1月15日(金) ・岡山小学校 10:00~10:30
・月輪小学校 13:00~13:40

もちずり文芸

▽俳句

坂野 洋三選

- ・ 初霜や余生に余る服を買ひ
本間 川面
- ・ 嫁してけふ五十年目の小春かな
大西 こう
- ・ 山茶花の垣根明るき散歩道
本柳 宣子
- ・ 大根の葉の一束に切られをり
鎌倉 厚子
- ・ 一杯のコーヒー香る冬の朝
武田三枝子