



おにぎり通信

2020年2月8日(土曜) 四ツ谷おにぎり仲間

こんにちは！私たちは毎週土曜日に、四ツ谷、銀座、日比谷、秋葉原、日本橋、東京駅周辺で生活されている方々を訪問しているボランティアグループです。

何でも相談会が行われます。お気軽に参加ください。

<何でも相談会>

日時：2月10日(月) 10時~12時

場所：聖イグナチオ教会 ヨセフホール
(四ツ谷駅下車徒歩2分)

当日は、弁護士や司法書士が相談に応じてくれます。また、医師・看護師がいる場合には、医療相談をすることもできます。
(いない場合はお許し下さい。)



☆1月27日(月) 福祉行動報告

どなたもお見えになりませんでした。

次回の福祉行動：2月10日(月)

東京駅丸の内南口地下に朝8時30分までに来てください。車輪の前に「おにぎり通信」を持った者が待機しますので、声をかけてください。病気やケガの治療を希望される方や体を休めたい方と「福祉事務所」に同行します。福祉行動は原則、毎週月曜日に行います。福祉行動は、参加される方がご自身の希望をご自身の言葉でハッキリと福祉事務所に伝えることで成り立ちます。

もより ふくしじむしょ
最寄の福祉事務所

ちゅうおうくふくしじむしょ ちゅうおうくつきじ ちゅうおうくやくしよ かい
中央区福祉事務所…中央区築地 1-1-1 中央区役所4階

ちよだくふくしじむしょ ちよだくくだんみなみ かい
千代田区福祉事務所…千代田区九段南1-2-1 3階

かんせんしょう かんせんけいろ
【感染症と感染経路】

インフルエンザや食中毒は、「感染症」と呼ばれ、ウイルスや細菌などの悪い微生物が身体の中に入って増え、こうした微生物から、身体が自分を守ろうとして頑張ったことで、熱や痛み、下痢などの症状が発生している状態を指します。

かんせんしょう びせいぶつ からだ はい かんせんけいろ
感染症には、微生物が身体に入る「感染経路」がいくつかあります。

ひまつかんせん せき ふうく びせいぶつ かんせん
飛沫感染：咳やくしゃみなどに含まれる微生物による感染

くうきかんせん くうきちゅう う びせいぶつ かんせん
空気感染：空気中に浮いている微生物による感染

せつしよくかんせん びせいぶつ おせん もの しょくひん かんせん
接触感染：微生物に汚染された物や食品などから感染

げんざいりゅうこう ちゅうごく きけん じょうきょう
現在流行しているインフルエンザや中国で危険な状況になっている
しんがたはいえん ひまつかんせん せつしよくかんせん ふう おお
る新型肺炎（コロナウイルス）は、飛沫感染と接触感染、冬に多いノ
ロウイルスなどの食中毒は、接触感染が、主な感染経路となります。

どの感染経路であっても、予防のためには手洗いが重要です。咳やくしゃみをしている人に近づかないようにするのがまずは必要ですが、それだけでなく、さまざまな場所に微生物がくっついているので、それを触った手で、自分の目や鼻、口を触り、食事をすると、微生物が身体の中に入ってきます。従って、洗っていない手で口や鼻に触るのを控え、食べ物や食器を触る前に手洗いをするのが大切となります。手洗いは、できれば石けんを使って、15秒ぐらいすすぐと、微生物による汚れがよく落ちます。これを二度繰り返すとさらに効果的です。

おにぎりを包んでいるラップや読み終わった通信は放置せず、ゴミ箱に入れるなど、片付けにご協力をお願いいたします。おにぎりは必ずその日のうちにお召し上り下さい。また、お1人1個でお願いします。



よつや なかま ちよだくこうじまち せい きょうかい
四ツ谷おにぎり仲間 千代田区麹町6-5-1 聖イグナチオ教会

れんらくさき れんらくかのうじかん まいしゅうどうようび ごご じ
連絡先 080-7967-8672 (連絡可能時間 毎週土曜日午後3時～6時)