

「新しい生活様式」に対応した高齢者保健福祉施策について

1 「新しい生活様式」とは

5月4日、新型コロナウイルス感染症専門家会議からの提言を受け、厚生労働省がまとめた「新しい生活様式」実践例（別添参照）

新型コロナウイルス感染症専門家会議は「新型コロナウイルス感染症とともに生きていく社会を前提とした場合、『新規感染者数が限定的となった地域』であっても、感染拡大リスクが高い『3つの密』を徹底的に避けるとともに、手洗いや身体的距離確保といった基本的な感染対策の実施を継続していくことは不可欠となる。」としている。

2 状況及び対応

(1) 緊急事態宣言解除前

通いの場の状況

新型コロナウイルス感染拡大防止のために、ほとんどの通いの場が活動を自粛した。この状況が長期化すると高齢者の閉じこもりや生活不活発が増大するとともに、通いの場の活動の再開が困難になり地域のつながりも途絶えることが危惧された。

区の対応

通いの場を運営する団体に対し、活動自粛の間の、気になる高齢者の安否の確認や、心配な状況がある時のあんしんすこやかセンターへの相談の依頼、自宅でできる運動等の周知、電話等での交流の呼びかけなどを行った。

(2) 緊急事態宣言解除後

通いの場の状況

3密の回避のため、活動内容の変更や参加人数の減など、工夫しながら活動を再開し始めている。

区の対応

感染リスクが高いとされる食事に関する活動内容変更の承認や、感染防止を意識した活動の再開の周知などを行っている。

3 「新しい生活様式」に対応した高齢者保健福祉施策のあり方について
第8期計画における施策において留意すべきこと

(例)

3密の回避など、活動にあたっての不安に対する対応

ICT機器の活用など、新たな交流・コミュニケーションの促進
場の設定に対する注意点

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）** 空ける。
- 遊びにいくなら**屋内より屋外**を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に**洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに**手洗い・手指消毒**
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成