



コロナ感染拡大防止心の復興事業はらまちクラブ方針

令和2年2月27日～ 江本 更新 2/28、3/4、3/31、4/17

令和2年2月27日 南相馬市内小中学校休校があれば検討するという方針を示しました。同日午後、安倍総理からの学校休校要請あり。その後の南相馬市教育委員会の発表によりそれに倣い以下の通りとした

3月4日 人が集まる事業やイベントを休止、告知。スタッフは可能な限り在宅テレワーク、はらまちクラブ心の復興事業機能維持のために最大限の努力をする。

3月4日以降 逐次、南相馬市・福島県・国の情報などを確認し行動

3月31日 テレワーク元気電話の効果的な進め方の検討、

4月17日 事業方針の再確認と事業内容について。
★テレワークによる電話（おしゃべりと運動の提案と安否確認）やお手紙（提案や心の復興に寄与すること）
★元気プロジェクト、ささえあい・ボランティアなどで心の復興を遂げることを確認。（311と台風コロナ三重苦の心の復興を支える覚悟）マスク、暗記や学習、心を詠む俳句

4月20日 具体的事業の検討、
★電話や便り・はがきなどで元気発信による元気伺い
★めぐりあい情報誌

この間の在宅テレワーク内容は

- 1、 一般市民・元気モール会員その他会員などの元気活動
★電話（元気伺いとおしゃべりヒアリングアンケートなど）
★便り・はがきなどで実施 ★めぐりあい情報誌による
- 2、 新規事業企画
- 3、 BaseMaking&資質向上のための自主トレーニング、
理論と実践 はらまちクラブが目指すもの・身体活動の理論と実技
- 4、 本年度事業

※ その他、心の復興事業の目的達成の新たな仕事づくりも 必要なことその他目的達成のために必要なこと

★コロナの自粛が継続される場合の事業の在り方を各自創意工夫
★元気周りのより効果的な方法を思索する。

はらまちクラブは現在、復興庁の心の復興事業：南相馬市を窓口として行っていますので、南相馬市の方針などに準拠して事業を行います。

貼り紙
3月8日より張り出し



コロナウイルス 感染拡大防止について

はらまちクラブは通常通り業務を行っております。

人が集まる事業やイベントはお休みしております。

ご理解いただきますよう

お願いいたします。

お急ぎの方は…NPO 法人はらまちクラブ

南相馬元気モール: 26-9428

または理事長 江本 節子

090-8258-0840





担当： _____

令和2年 月 日 AM : 頃 PM : 頃

No.	名前	①うれしいこと	②一番心配なこと	③社会に 書きたいこと	④終ったら やりたいこと	⑤その他
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						



NPO法人はらまちクラブ

みなさま

令和2年2月28日
NPO 法人はらまちクラブ
理事長 江本 節子
090-8258-0840

はらまちクラブからのお知らせ

下記の通り、南相馬市教育委員会は南相馬市内の小中学校の休校を発表いたしました。

これに倣(なら)い、はらまちクラブも一部の活動を休止いたします。
ご理解とご協力をお願いいたします。

なお、はらまちクラブは通常通りです。

お問い合わせ:090-8258-0840

南相馬市教育委員会からお知らせします。

新型コロナウイルス感染症対策のため、市内すべての小中学校を3月4日(水)から臨時休校とします。

児童生徒の健康管理にご留意いただき、不要不急の外出は避けるようお願いいたします。
卒業式等については、詳細が決まりしだいお知らせします。

<問合せ先:南相馬市学校教育課 電話:0244-24-5283>

コロナウイルス 感染拡大防止について

はらまちクラブは通常通り
業務を行っております。

人が集まる事業やイベント
はお休みしております。

ご理解いただきますよう

お願いいたします。

お急ぎの方は…NPO 法人はらまちクラブ

南相馬元気モール: **26-9428**

または理事長 江本 節子

090-8258-0840



ご担当者様

令和2年4月22日
NPO 法人はらまちクラブ
理事長 江本節子
emoto88@ybb.ne.jp
090-8258-0840

令和2年度心の復興事業について

コロナ感染拡大防止のために人の集まる事業やイベントは3月4日より自粛しており、全国の緊急事態宣言によって、怖さが増幅し籠るそして、孤立ということが顕著になって参りました。

311被災の心の復興はこのコロナとの二重苦の心を緩和することが重要になって参りました。表面元気になった人もいま、一層のケアが必要になってきております。被災者一人ひとりがケアされるだけでなく、自らも支える側に立つささえあい生き甲斐を創出し心の復興を遂げていただきたいと思つての活動です。

はらまちクラブスタッフは基本テレワークとし、機能維持のために事務所には三密を避ける体制で一人勤務、ボランティアも含め電話での心の復興をひたすら行っております。

思い悩みながらの業務ですが、コロナ禍を超える各種の提案や仕掛けをしながら、耳元に声を届け元気づくりと心の復興を遂げるべく頑張っております。

みんなで集えるようになったら、以下のような元気集会を行うべく予算の修正を致しました。

先を想定できないだけに結果の修正で報告ということは避けられないと思いますが、なにとぞご賢察をいただきますようお願いを申し上げます。

以上

【笑顔あふれる元気 MFJ 世界大会】

コロナの山を越えるためのいろいろ・・・

赤ちゃんから高齢者までまちのみんなが笑顔・夢・感動あふれる元気なまちにみんなが集える時まで、誰もがコロナを超えるときを充実・楽しく過ごすために。

初めてのお料理・家事の手伝い・新しい勉強・読書・折り紙・漫画を描く・手芸 etc
この時に暗記して覚えておきたいこと各種で夢中時間を創ろう!

みんなが集えるようになったら、【笑顔あふれる元気 MFJ 世界大会】を開催し
みんなで喜びを爆発するイベントや表彰を行う!

★コロナ山越えストーリー・体験作文

★俳句で心を詠む


★暗記①枕草子②雨ニモマケズ③少年よ大志を抱け

★各種大会

★元気爆発イベント

めぐりあい情報誌・チラシ・新聞などで告知してまいります。

こうして乗り越えよう! 町の企業や商店市役所などのコーナーを設置
俳句は月ごとに優秀作品を発表するなどし、上記イベントにおいて、金銀銅メダルの授与を行う。その他の表彰も行う。



コロナ感染拡大防止のため ご利用の皆さまへお願い



- ① 水分補給の飲み物は各自ご持参ください
食べ物の持ち込みは当分の間ご遠慮願います
- ② マスクと消毒剤各自ご用意をお願いします
- ③ 体調の悪いときはどうぞお休みください

『新しい生活様式』を基本といたします

※新しい生活様式とは

【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

★遊びに行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、屋内にいる時や会話をする時は、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が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

★規制や旅行は控えめに。出張はやむを得ない場合に。

★発症した時のため、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な生活様式

★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）

★毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養





コロナ感染拡大防止のためご利用の皆さまへお願い

- ① 水分補給の飲み物は各自ご持参ください
食べ物の持ち込みは当分の間ご遠慮願います
- ② マスクと消毒剤各自ご用意をお願いします
- ③ 体調の悪いときはどうぞお休みください



『新しい生活様式』を基本といたします

元気まわりについて

- ① マスクの着用
- ② 「3密の回避」人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける
- ③ 発症した時のため、誰とどこで会ったかをメモにする

※新しい生活様式とは

【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

★遊びに行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、屋内にいる時や会話をする時は、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が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

★規制や旅行は控えめに。出張はやむを得ない場合に。

★発症した時のため、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）

★毎朝で体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合は無理せず自宅で療養

コロナ感染拡大防止のためご利用の皆さまへお願い

- ① 水分補給の飲み物は各自ご持参ください
食べ物の持ち込みは当分の間ご遠慮願います
- ② マスクと消毒剤各自ご用意をお願いします
- ③ 体調の悪いときはどうぞお休みください



はらまちクラブは『新しい生活様式』を基本といたします

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐために

新しい生活様式

の定着に、ご協力をお願いします。

 密閉は避ける	 密集は避ける	 密接は避ける	 正面は避ける	 移動先の 感染状況に注意	
 こまめに換気	 距離を取る	 (状況に応じて) マスクの着用	 職工チケット	 手洗い・ 手指衛生	
 出かける前に 体温測定	 熱や風邪の症状が ある場合は外出しない	 誰とどこで 会ったかメモ	 オンライン活用 (通販やテレビ会議)	 買い物は 少人数で	 電子決済の利用
 テイクアウトや デリバリー活用	 料理は 個別の皿に	 会話は控えめに	 テレワーク (在宅勤務)	 時差通勤	 自転車や 徒歩での移動

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐためには、今後も長い期間の対策が必要です。
そのためには、私た一人一人がこれまでの日常生活の行動を変え、上記実践例を参考に
「新しい生活様式」を定着させていくことが大切です。

福島県



新しい生活様式 福島県 | Q

お願い

体調の悪い方・熱のある方のご入室はご遠慮下さいますようお願いいたします
心ひとつに力を合わせてコロナを乗り越えましょう

コロナ感染拡大防止のお願い

大声での応援は おやめください

- ・ 距離を確保（ソーシャルディスタンス）
 - ・ 体調不良や発熱の方はご遠慮ください
 - ・ マスク適宜着用
- はらまちクラブは『新しい生活様式』を基本といたします





令和2年8月4日
NPO 法人はらまちクラブ
理事長 江本 節子

ウォーキングサッカーの皆様へ

みなさま、こんにちは!

熱中症対策、コロナ対策に全力投球してください。

その中で、ウォーキングサッカーをお楽しみください。

熱中症は気が付かないうちに突然やってきます。

コロナウイルスは気が付かないところに存在しています。

健康一番です!事故のないように注意しましょう!!



コロナ感染拡大防止のためご利用の皆さまへお願い

- ① 水分補給の飲み物は各自ご持参ください
食べ物の持ち込みは当分の間ご遠慮願います
- ② マスクと消毒剤各自ご用意をお願いします
- ③ 体調の悪いときはどうぞお休みください



はらまちクラブは『新しい生活様式』を基本といたします

もし、コロナに感染してしまったら？

濃厚接触者になってしまったら…

◎行政機関に連絡する(地域の保健所等)

陰性…一般の常識にあてはめて行動する

陽性…自粛・事業活動休止

相談窓口

帰国者・接触者相談センター 電話 0120-567-747 (毎日 24 時間受付)

相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- ・発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- ・発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
- ・基礎疾患(持病)をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方は、まずは、かかりつけ医等に電話でご相談ください。

9月2日(水曜日)から 電話番号(南相馬市健康づくり課)

新型コロナウイルスに関する不安をお持ちの方や感染症に関する予防策などに関する相談を受けています。

電話番号:090-2796-8023 090-2796-8024 090-2796-8025

受付時間 9時~16時(平日)



 **NPO 法人はらまちクラブ**

更新日 2020/9/1





**南相馬市・相馬市での感染者及び
濃厚接触者があるようです。**

**故に、本日 9 月 11 日(金)
及び 14 日(月)は
活動を自粛**させていただきます。

**状況を見ながら連絡をさせていただきますので、
ご理解とご協力をお願い致します。**

NPO 法人はらまちクラブ 理事長 江本 節子

更新日 2020/9/11



コロナ感染拡大防止のためご利用の皆さまへお願い

- ① 水分補給の飲み物は各自ご持参ください
食べ物の持ち込みは当分の間ご遠慮願います
- ② マスクと消毒剤各自ご用意をお願いします
- ③ 体調の悪いときはどうぞお休みください



はらまちクラブは『新しい生活様式』を基本といたします

もし、コロナに感染してしまったら？

濃厚接触者になってしまったら…

◎行政機関に連絡する(地域の保健所等)

陰性…一般の常識にあてはめて行動する

陽性…自粛・事業活動休止

相談窓口

帰国者・接触者相談センター 電話 0120-567-747 (毎日 24 時間受付)

相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- ・発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- ・発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
- ・基礎疾患(持病)をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方はまずは、かかりつけ医等に電話でご相談ください。

9月2日(水曜日)から 電話番号(南相馬市健康づくり課)
新型コロナウイルスに関する不安をお持ちの方や感染症に関する予防策などに関する相談を受けています。

電話番号 090-2796-8023
090-2796-8024
090-2796-8025

受付時間 9時~16時(平日)

MC NPO 法人はらまちクラブ

- 人権を尊重しよう
- 初心に帰りましょう
- 基本的な行動、コロナ以外のリスク管理!

更新日 2020/11/13

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐために

新しい生活様式

の定着に、ご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐために、新しい生活様式を定着させることが重要です。このポスターには、新しい生活様式に関する様々な取り組みが紹介されています。

〇福島県 〇新型コロナウイルス感染症対策本部

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐために

新しい生活様式

の徹底と継続をお願いします。

密閉は避ける	密集は避ける	密接は避ける	正面は避ける	移動先の感染状況に注意	
こまめに換気	距離を取る	(必要に応じて) マスクの着用	職工チケット	手洗い・手指衛生	出かける前に体温測定
熱や風邪の症状がある場合は外出しない	誰とどこで会ったかメモ	オンライン活用(通車やテレビ会議)	買い物は少人数で	電子決済の利用	テイクアウトやデリバリー活用
料理は個別の皿に	会話は控えめに	テレワーク(在宅勤務)	時差通勤	自転車や徒歩での移動	接触確認アプリの活用

新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐためには、今後も長い期間の対策が必要です。そのためには、私たち一人一人がこれまでの日常生活を見直し、上記実践例を参考に「新しい生活様式」を徹底していくことが大切です。

福島県

2020/9/30 福島県

- コロナ感染拡大防止のためご利用の皆さまへお願い
- ① 水分補給の飲み物は各自ご持参ください
 - ② お菓子などの持ち込みは当分の間ご遠慮願います
 - ③ マスクと消毒剤は各自ご用意をお願いします
- 体調の悪いときはどうぞお休みください

はらまちクラブは『新しい生活様式』を基本とし、南相馬市の方針などに準拠して行動します



- 誰でもみんなの人権を尊重しましょう
- 初心に帰りましょう
- 基本的な行動、コロナ以外のリスク管理！

- もし、コロナに感染してしまったら？
- 濃厚接触者になってしまったら…
- 行政機関に連絡する(地域の保健所等)
 - 陰性…一般の常識にあてはめて行動する
 - 陽性…自粛・事業活動休止

南相馬市相談窓口

更新日 2020/12/1

帰国者・接触者相談センター電話 0120-567-747 (毎日 24 時間受付)

相談・受診の前に心がけていただきたいこと

- ・発熱等の風邪症状が見られるときは、学校や会社を休み外出を控える。
- ・発熱等の風邪症状が見られたら、毎日、体温を測定して記録しておく。
- ・基礎疾患(持病)をお持ちの方で症状に変化がある方、新型コロナウイルス感染症以外の病気が心配な方はまずは、かかりつけ医に電話でご相談ください。

9月2日(水曜日)から 電話番号(南相馬市健康づくり課)

新型コロナウイルスに関する不安をお持ちの方や感染症に関する予防策などに関する相談を受けています。

電話番号 090-2796-8023 / 090-2796-8024 / 090-2796-8025 受付時間 9時~16時(平日)



NPO 法人はらまちクラブ 090-8258-0840

