

1 1 月 1 7 日

第 3 週分
回覧板

感染リスクが高まる

に注意しましょう

場面 1 飲食を伴う懇親会等

- 楽しい飲食の時間は、知らず知らずのうちに大きな声になりやすい
- 回し飲みや箸の共用も感染のリスクを高める

場面 2 大人数や長時間に及ぶ飲食

- 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、短時間の食事に比べて、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

場面 3 マスクなしでの会話



- マスクなしで近づいて会話することで、飛沫感染のリスクが高まる（昼カラオケなどでの感染事例が確認されている）
- 車やバスなどで移動する際にも注意が必要



場面 4 狭い空間での共同生活

- 寮などの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（トイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が確認されている）

場面 5 居場所の移動

- 仕事での休憩時間など、気の緩みや場所の移動にも注意が必要（休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例も確認されている）

息苦しさ

強いだるさ

発熱等の症状がある場合

まずは
電話で
相談

かかりつけ医がいる場合

かかりつけ医に電話相談

かかりつけ医が
検査ができる医療機関

疑いがあれば検査

かかりつけ医が
検査ができない医療機関

かかりつけ医がない場合

発熱等受診相談センターに
電話相談

050-5371-0561

※24 時間対応

発熱等診療医療機関を紹介され、
疑いがあれば検査



空き家をお持ちの皆さまへ

回覧

無料

空き家活用 個別相談会

利用していない空き家をお持ちの皆様のお悩みに、
個別にご相談を承ります。

- 空き家の管理ができない。
- 空き家の修理や解体をどうしたらいいか困っている。
- 空き家を人手には渡したくない。
- 老朽化する前に手を打ちたいが、どのような方法が
良いのかわからない。
- 空き家の処分方法がわからない。
- 相続について知りたい。

秘密厳守

開催日: 11月28日(土)

時間: 10:00~15:00

予約不要

会場: 伊豆の田舎暮らし夢支援センター「夢泉」

住所: 河津町峰339-1

※ご来場時にはアンケートのご記入にご協力ください。

※個別によるご相談のため、混雑時はお待たせする場合がございますので、
ご了承ください。

※混雑時はお一人様の相談時間を制限させていただく場合がございます。

※駐車場あります。



河津町 企画調整課

【お問合せ先】

河津町地域おこし協力隊

担当: 輿水 光樹 (こしみず)

TEL: 080-1624-5029

まだ空いています！

回覧

健康マイレージ:各3p



早朝がん検診のご案内

(胃がん・肺がん・大腸がん検診)

新型コロナウイルス感染症防止のため**完全予約制**です！

対象者 40歳以上 (胃がん検診は79歳まで。80歳以上は医療機関受診をお勧めします)

検査内容・負担金

胃がん検診(バリウム服用後胃部X線検査) 900円(70歳以上無料)

肺がん検診(胸部X線検査) 無料

大腸がん検診(便潜血反応検査・2日法) 300円(70歳以上無料)

日程 対象者へは郵送にて詳細をご案内済みです。

実施日	会場	予約状況	受付時間
11月29日(日)	保健福祉センター	満員	《要予約》
11月30日(月)	下佐ヶ野コミュニティ防災センター	空き有	①6:30
12月4日(金)	踊り子温泉会館	⑤以降空き有	②7:00
12月7日(月)	保健福祉センター	満員	③7:30
12月8日(火)	オレンジセンター駐車場	④以降空き有	④8:00
12月9日(水)	涅槃堂駐車場	④以降空き有	⑤8:30
12月11日(金)	笹原コミュニティ防災センター	④以降空き有	⑥9:00
12月12日(土)	湯ヶ野駐車場	④以降空き有	⑦9:30
12月14日(月)	舟戸の番屋	③以降空き有	(各5名)
12月15日(火)	河津駅前広場	空き有	※大腸がん検診 は予約不要。
12月16日(水)	保健福祉センター	④以降空き有	(代理提出も可)
12月17日(木)	保健福祉センター	空き有	

新型コロナウイルス感染症の状況により、延期・中止となる場合があります。

問合せ先:河津町健康福祉課(☎34-1937)



がん検診受診50%を補助しています

下田税務署からのお知らせ

～ 税 務 署 に 行 か な く て も 確 定 申 告 は で き ま す ! ～

例年、確定申告会場は大変混み合います。新型コロナウイルス感染症の拡大防止の観点からも、ご自身のスマートフォンやご自宅のパソコンから国税庁ホームページにアクセスし、確定申告書を作成いただき、e-Tax（電子申告）で提出（印刷して郵送等で提出もできます。）いただくことを、幅広くご案内しているところです。

多くの方が訪れる確定申告会場に出向かなくても、①マイナンバーカードと②ICカードリーダライタ又はマイナンバーカード読み取り対応のスマートフォンがあれば、ご自宅から e-Tax（電子申告）を利用して申告書を提出できます。

また、事前に税務署で ID・パスワードの発行手続（※）を行っていただければ、マイナンバーカードと IC カードリーダライタ等をお持ちでない方でも、e-Tax をご利用できます。

確定申告に備え、今のうちから、市役所・町役場でのマイナンバーカードの申請手続又は最寄りの税務署での ID・パスワードの発行手続をご検討ください。

※ 1 ID・パスワードの発行を希望される場合は、申告されるご本人が運転免許証などの本人確認書類をお持ちの上、最寄りの税務署にお越しください。

※ 2 ID・パスワード方式は暫定的な対応です。お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

確定申告書の作成にあたっては、別添「申告書の作成・送信は自宅で国税庁ホームページから！」をご覧ください。

新型コロナウイルス感染症の感染防止の観点からも、より安心・安全な自宅からの e-Tax をご利用ください。

送信方法、エラー解消などのお問合せ先 e-Tax・作成コーナーヘルプデスク

e - コクゼイ



0570-01-5901 (全国一律市内通話料金)

【受付時間】月曜日～金曜日 9時～17時(祝日など及び年末年始を除きます。)

- ※ 受付時間は、時期により延長する場合がありますので、最新の情報を e-Tax ホームページでご確認ください。
- ※ 上記の電話番号がご利用できない場合などは、**03-5638-5171** をご利用ください（通常の通話料金となります。）。

お問合せ先：下田税務署 個人課税部門

☎ (0558) 22-0185 内線 (22)

※ 電話は自動音声により案内していますので、当該掲載文に関するご質問は「2」を選択してください。

なお、国税に関する一般的な相談は「1」を選択してください。

申告書の作成・送信は **自宅で** 国税庁ホームページ から！

STEP 1 「国税庁ホームページ」へアクセス

確定申告



スマートフォンはこちらから→



確定申告書等作成コーナーの
利用者の感想
94%の方が役立つ
と回答

確定申告書等作成コーナーの
利用率
3人に2人が利用

STEP 2 申告書を作成

国税庁 確定申告書作成コーナー

給与所得の入力

令和元年分の源泉徴収票に記載されているとおりに、入力してください。
記載のない控除は、後の控除の入力画面から入力してください。

源泉徴収票の入力

A. 支払金額 (円)

B. 源泉徴収税額 (円)

※ 2段で記載されている場合、下の段の金額

スマホ専用画面

給与所得の入力

令和元年分の源泉徴収票に記載されているとおりに、入力してください。
源泉徴収票に記載のない控除は、後の各控除の入力画面から入力してください。

① 支払金額

② 源泉徴収税額

2段で記載されている場合、下の段の金額

③ 「(源泉) 控除対象配偶者の有無等」、「配偶者(特別)控除の額」のいずれかの記載
0の場合「なし」を選択してください。

あり なし

パソコン画面

パソコン、スマートフォンなどから画面の案内に従って金額などを入力するだけで、申告書が作成できます！



※ 65万円の青色申告特別控除を受ける場合など一部の方はスマートフォンでは作成できません。

※ 画面は令和元年分のものです。

STEP 3 申告書を送信

マイナンバーカードを使って送信

用意するものは、次の2つ！

① マイナンバーカード



取得方法は裏面
を見てね！



② ICカードリーダライタ 又は マイナンバーカード読取対応のスマートフォン



又は



ICカードリーダライタとして代用できる端末は一部のAndroid端末のみ



対応端末の一覧はこちらから！

※ 印刷して郵送等で税務署に提出することもできます。

IDとパスワードで送信

重要書類

ID・パスワード方式の届出完了通知 ID・PW

(見本)

ID・パスワード方式に対応した
ID・パスワード↓

1111	1111	1111	1111
a12345678			

・「ID・パスワード方式の届出完了通知」の発行を希望される場合は、**申告されるご本人**が顔写真付きの本人確認書類をお持ちの上、**お近くの税務署**にお越しください。

・既にID・パスワード方式の届出を提出された方は、申告書の控えと一緒に保管されている場合がありますので、ご確認ください。

(注) ID・パスワード方式は暫定的な対応です。
お早めにマイナンバーカードの取得をお願いします。

国税庁ホームページはこんなに便利！

マイナポータルを使えば、データが自動入力されます



マイナンバーカードを使って「**マイナポータル**」から生命保険料控除証明書などの申告に必要な情報をまとめて取得でき、申告書の作成時に証明書の金額・発行元の情報などが自動入力されます。

(注) ご利用に当たっては、事前準備が必要です。

詳しくは、国税庁ホームページの「マイナポータルを活用した年末調整及び所得税確定申告の簡便化」をご確認ください。



詳しくはこちら！

Google Chrome が使えます



令和3年1月以降、パソコンをご利用の方は「**Google Chrome**」でも、国税庁ホームページからマイナンバーカードでe-Tax送信ができます。

(注) Windowsのみの対応であり、macOSには対応していません。

また、ご利用に当たってはマイナポータルAPのインストールが必要です。

困ったら" ふたば " にご相談ください ※令和3年1月公開予定



税務職員
ふたば

申告書の作成でお困りのときは、「**税務相談チャットボット**」にご相談ください。ご質問を入力いただければ、AIを活用した「**税務職員ふたば**」がお答えします。

チャットボットで解決しない場合は、国税庁ホームページの「**タックスアンサー**」をご確認いただくか、**電話**でお問い合わせください。



スマホでの相談
はこちらから！

お問い合わせ先は、確定申告書等作成コーナーの「お問い合わせ」画面をご覧ください。

マイナンバーカードでできることって？

マイナンバーカードを使ってe-Taxで送信すれば、**本人確認書類の提示又は写しの添付は不要**です。また、マイナンバーカードでログインすれば、e-Taxのメッセージボックスから申告した内容や税務署からのお知らせなどを確認できます。



スマホによる申請
はこちらから！

マイナンバーカードの取得方法

スマートフォン・パソコン・郵便などで申請でき、無料で取得できます。

詳しくは、マイナンバーカード総合サイトをご覧ください。

マイナンバーカード 取得方法

わさびの花

11月25日(水)の認知症カフェは認知症の種類や対応方法について講話を行います。講師に、ふれあい南伊豆ホスピタル認知症疾患医療センターの『土田精神保健福祉士』をお招きします。講話時間以外でも認知症や生活・介護相談ができますので、この機会にぜひ「認知症カフェ わさびの花」へ参加してみませんか。皆様の参加をお待ちしています。

注)参加者は必ずマスク着用をお願いします。



日時 11月25日(水)
会場 Caféグリーンペ 浜75-2
時間 14時～16時 出入り自由
(14:30～ 認知症の種類や対応方法)
料金 300円 (飲み物とお菓子のセット)
飲み物種類
・コーヒー(HOT・ICE)・紅茶(HOT・ICE)
・アップルジュース・オレンジジュース
お菓子
・マスターセレクト♪



※感染症対策のため人数制限をする場合があります。



問合せ先:河津町地域包括支援センター
連絡先 :0558-34-1938

2020年(令和2年)

12月 DECEMBER

下田市民文化会館 マイマイホール

"Mai Mai Hall"

イベントカレンダー



本紙は、11月8日現在の情報に基づいて作成しております。

※内容に変更等がある場合もございます。予めお問い合わせの上、ご確認頂けますようお願い申し上げます。

大ホール

6(日)

下田市民劇場 第157回例会
劇団 銅鑼「センポ・スギハアラ」

開演18:30 終演21:00 会員のみ
～新規会員募集中～

お問い合わせ先: 下田市民劇場 ☎ 0558-23-2933

16(水)

令和2年度 寿大学 12月講座

開演13:30 終演14:30 関係者のみ

お問い合わせ先

下田市教育委員会生涯学習課 ☎ 0558-23-5055

🐞 下田市民文化会館よりお知らせします! 🐞

※新型コロナウイルスの感染予防により、当会館のご利用に
関しまして9月19日から、催し物の内容等により
制限・制約が伴います。予めご了承下さい。
尚、ご不明な点がございましたら
下田市民文化会館までお問い合わせ下さい。

※開催中止/延期になる(他、入場規制など)催し物があるかも
しれませんので、予め各お問い合わせ先にご確認頂けますよう、
宜しくお願い申し上げます。

小ホール

13(日)

マイマイカルチャースクール

クリスマス

スワッグ作り体験教室



スワッグとは、壁飾りの意味。クリスマスの
伝統的な飾りとして、リースとともに人気です。

①受付10:00/開始10:30

②受付13:00/開始13:30

参加費:3,500円(材料費込)

定員:各10人 ※事前申し込み

所要時間:60分程度



世界にひとつだけの
オリジナルスワッグを作ってみませんか?
子供から大人まで楽しく制作できます!

お問い合わせ先

下田市民文化会館 ☎ 0558-23-5151



第32回

下田名人会

新春特選落語会



2021年

1月17日(日)

開場13:00 開演13:30

下田市民文化会館小ホール

※(限定120席)

料金/全席自由・税込
(未就学児童入場不可)

■大人 3,000円

■小中高生 1,000円

絶賛発売中

スタインウェイを
弾こう♪

STEINWAY & SONS

下田市民文化会館
大ホール



あなたも、ピアノの名器「スタインウェイ(D-274)」を弾いてみませんか?

日程・料金など詳細は、下田市民文化会館HPまたは
☎ 0558-23-5151までお問い合わせ下さい。



Mai Mai Cafe

10:00 am ~ 4:00 pm

感染防止策を実施し営業中

テイクアウトも
できます



ご来店
お待ちしております

～年末年始休館日のお知らせ～

12月28日(月)～1月4日(月)まで休館日です。

※2022年1月分の予約開始日は、
2021年1月5日(火)午前8時30分からになります。



下田市民文化会館

☞ ホームページ・Twitter・Facebook・情報発信中! ☞

〒415-0024 静岡県下田市4丁目1番2号

TEL 0558-23-5151 FAX 0558-23-5311

■URL <http://shimoda.main.jp/earth>

■e-mail ss-hall@vmail.plala.or.jp

<12月の休館日>

7日(月)・14日(月)・21日(月)・
28日(月)～31日(木)



下田市民文化会館 マイマイホール "Mai Mai Hall" 催し物のご案内



マイマイカルチャースクール ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ クリスマス ★ スワッグ作り体験教室

スワッグとは、壁飾りの意味。
クリスマスの伝統的な飾りとして、
リースとともに人気です。

12月13日(日)下田市民文化会館・小ホール

参加費:3,500円(材料費込)

①受付10:00/開始10:30

定員:各10人 ※事前申し込み

②受付13:00/開始13:30

所要時間:60分程度



世界にひとつだけのオリジナルスワッグを作ってみませんか?
子供から大人まで楽しく制作できます!



第10回 伊豆下田工芸展

令和3年 1月8日(金)~11日(月・祝)

下田市民文化会館 小ホール

倉前 幸徳

沼田 風

杉浦 健司

広井 敏通

武田 武人

増田 晶

土屋 典康

山本 進也

入場無料

【時間】午前10時~午後5時

※最終日は午後4時まで

●主催/第10回伊豆下田工芸展実行委員会

●共催/公益財団法人 下田市振興公社

第32回 下田名人会 新春特選落語会

2021年 1月17日(日)

時間/開場13:00 開演13:30

会場/下田市民文化会館小ホール

※(限定120席)

料金/全席自由・税込(未就学児童入場不可)

■大人 3,000円

■小中高生 1,000円

チケット

絶賛発売中!



お客様へのお願い

- 発熱又は風邪の症状がある方は、ご来場をお控えください。入場時の検温にご協力ください。
- 人との身体的距離をとり接触を減らし、マスクの着用や手洗い、消毒などのご協力をお願いします。
- 感染が発生した場合に備え、ご来館される方の氏名、連絡先をご記入頂きます。
感染が発生した場合、保健所等公的機関に提供する場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 上記以外でも防止策を実施する可能性もございます。ご来場されるお客様の
ご理解・ご協力が必須となりますので、重ねましてご協力を何卒宜しくお願いいたします。

新型コロナウイルスの感染予防により、開催中止/延期の可能性もございますので、ご了承下さい。

お問い合わせ 下田市民文化会館 ☎ 0558-23-5151

※会館の駐車スペースには限りがございますので満車の際にはご了承ください。

マイマイカルチャースクール

クリスマス スワッグ 作り体験教室

12月13日(日)

①受付10:00/開始10:30

②受付13:00/開始13:30

参加費:3,500円(材料費込)

定員:各10人*事前申し込み

所要時間:60分程度

会場:小ホール

スワッグとは、壁飾りの意味。

クリスマスの伝統的な飾りとして、リースとともに人気です。

森の恵みフレッシュグリーンを使って、オリジナルスワッグを作ってみませんか？子供から大人まで楽しく制作できます。

フレッシュからドライになっていく変化もお楽しみいただけます。

主催:(公財)下田市振興公社

お問合せ:下田市民文化会館 TEL 0558-23-5151

第10回 伊豆下田工芸展

風通晶也 田敏進 沼井田本 田増山 沼井田本 幸健武典 徳司人康 前浦田典 倉杉武土



令和3年 1月8日(金)~11日(月・祝)
下田市民文化会館 小ホール

午前10時~午後5時 ※最終日は午後4時まで **入場無料**

●主催/第10回伊豆下田工芸展実行委員会 ●共催/公益財団法人下田市振興公社

●お問い合わせ/下田市民文化会館 TEL 0558-23-5151

■注意事項

新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いします。

*発熱又は風邪の症状がある方は、ご来場をお控え下さい。

*マスク着用や手指消毒、入場者名簿の作成にご協力をお願いします。

*感染拡大状況により、入場制限や展示会を中止する場合があります。

第32回 下田名人会

新春特選落語会



古今亭志ん輔 (ここんてい・しんすけ)

略歴

昭和47年3月 故三代目古今亭志ん朝に入門
昭和60年9月 真打昇進、「古今亭志ん輔」を襲名
令和 2年8月 落語協会相談役に就任

昭和59年4月～平成11年3月までNHKテレビ「おかあさんといっしょ」にレギュラー出演。



隅田川馬石 (すみだがわ・ばせき)

略歴

平成 5年10月 五街道雲助に入門
平成19年 3月 真打昇進、四代目「隅田川馬石」を襲名
平成24年12月 文化庁芸術祭大衆芸能部門新人賞受賞

落語家になる前は、俳優石坂浩二主宰「劇団急旋回」の劇団員を経て落語家入り。

2021年 1月17日(日)

時間／開場 13:00 開演 13:30

会場／下田市民文化会館 小ホール
(※限定120席)

料金／全席自由・税込 (※未就学児童入場不可)

■大人3,000円 小中高生1,000円



三遊亭わん丈 (さんゆうてい・わんじょう)

略歴

平成23年4月 三遊亭圓丈に入門
平成24年4月 寄席で前座修行開始、「わん丈」
平成28年5月 ニッ目昇進
令和 2年9月 北とびあ若手落語家競演会大賞受賞

◆チケット発売日 10月31日(土)◆ (電話予約は同日午後1時から下田市民文化会館にて受付。)

●チケットは下記にてお求めください

下田市民文化会館	0558-23-5151
クシダレコード店	0558-22-0049
ハイキャット (稲取)	0557-95-0859
東急ストア	0558-23-0109
マックスバリュ伊豆下田店	0558-23-2511
ル・グッテ (松崎)	0558-42-0129
尾崎書店 (下賀茂)	0558-62-0136
ムラカミ書店アネックス店	0558-25-0500
村上書店 (本店)	0558-22-0120

新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いいたします。

- ・ホール客席は、機械換気システムが稼働しています。
- ・発熱又は風邪症状、体調のすぐれない方は来場をお控えください。
- ・マスク着用、検温、手指消毒、入場者名簿の作成にご協力ください。
- ・感染拡大の状況により公演を延期又は中止する場合がございます。

駐車スペースには限りがございますので満車の際にはご了承ください。

■主催：公益財団法人下田市振興公社 ■お問合せ：下田市民文化会館 TEL.0558-23-5151

赤十字講習を支える指導員の多くが、 実は…ボランティアなのです!



赤十字講習の指導にあっているのは、県内に226人いるボランティア指導員のみなさんです。指導員養成講習を修了して認定試験に合格した指導員は、いのちと健康を守る知識と技術を広める大切な存在です。今回は、県内で活躍するボランティア指導員の声をご紹介します。

Interview 01



いのちを救うためには、 正しい知識と技術が必要

私は、年間30回程度の講習に携わっていますが、いのちを救うためには、正しい知識と技術が必要だと常に感じています。講習は、きっと誰もが持つ「苦しんでいる人を救いたい」という優しい気持ちに、正しい知識と技術を加えて育てる場なのだと私は考え、日々活動しています。現在、コロナ禍で講習内容が制限され、実技を動画で紹介する等、内容を一部変更しています。しかし、今だからこそみなさんに伝えられることや、一緒に学ぶことがあると思っています。受講者のみなさんと共に、指導員も学びの姿勢を忘れず、今後も努力し続けていきたいです。

平山 和也さん
(救急法・水上安全法・幼児安全法・健康生活支援講習指導員)

Interview 02



みなさんの生活や地域の中で 役立つことが学べる

日本は超高齢社会を迎え、医療・福祉の現場や地域での“担い手”が不足していると感じます。社会の中で誰もができることを続けながら、お互いの繋がりを強くし、支え合って乗り越えていかなければなりません。赤十字の講習は、時代の変化に合わせて内容を見直ししており、きっとみなさんの生活や地域の中で役立つことが学べると思います。コロナ禍で講習内容に一部変更はありますが、指導員は、受講者に合わせて、どのようにすれば分かりやすく伝えられるのか等、工夫しながら真剣に取り組んでいます。ぜひ、大切な方を誘って受講してみてください。

畑中 陽子さん
(幼児安全法・健康生活支援講習指導員)

株式会社三井住友銀行 静岡支店様からご提供!

PRESENT!

「ミドすけ ハンドタオル & ボールペン」セットを10名様にプレゼント!

以下を明記の上、WEB・メール等でご応募ください。

- ①お名前 ②郵便番号・ご住所 ③年齢 ④赤十字しずおかVol.127のご意見・ご感想
⑤赤十字しずおかで、今後取り上げてほしい情報

※回覧でご覧いただいた方には、本号を郵送します。ご希望の方は①②を明記の上、「Vol.127希望」とお書きください。
なお、プレゼントのご応募と同時に申し込みいただく場合は、①～⑤を明記の上、応募締切日必着でお願いします。

応募方法

WEB



メール



郵送

〒420-0853 静岡市葵区追手町44-17
日本赤十字社静岡県支部 組織振興課

FAX

054-254-5830

koho@shizuoka.jrc.or.jp

応募締切

令和3年2月26日(金) 必着

当選者の発表は、賞品の発送をもって代えさせていただきます。



※収集した個人情報につきましては、個人情報保護法及び日本赤十字社の保有する個人情報保護規程に則り取り扱います。



日本赤十字社

静岡県支部

〒420-0853 静岡市葵区追手町44-17
TEL 054-252-8131 <http://www.shizuoka.jrc.or.jp>



この印刷物は、みなさまからいただいた資金で作っています。

赤十字しずおか

Japanese Red Cross Society SHIZUOKA



2020 VOL.127

回 覧

人間を救うのは、人間だ。

家族や身近な人が、
突然目の前で倒れたり、けがをした時、
あなたは何かできますか?
コロナ禍でも、いのちと健康を守る講習を通して、
知識と技術を身に付けましょう。



[感染防止対策徹底中]

いのちを守る講習を、
いまも。

コロナ禍でも、 赤十字は講習を進めています。

日本赤十字社では、新型コロナウイルス感染防止のため、国の緊急事態宣言が
全国で解除される5月末まで、赤十字講習を中止・延期しました。

しかし、災害や事故はいつ起こるかわかりません。

コロナ禍でも、大切ないのちと健康を守るための知識と技術を広めていく必要があります。

静岡県支部では、安心して講習に参加いただけるよう、開催・参加条件を設定すると共に、
感染防止対策を徹底し、6月から一部の講習を再開しています。

「助けたい」という思いを行動に移せるように、

また、健康で安全に暮らせるように、学んでみませんか？



コロナ禍での 赤十字講習の 開催・参加条件

- ✓ 3つの密(密閉・密集・密接)の防止を図ります。
 - 十分な換気を行います ● 人との間隔は、原則2メートル程度確保します
 - 人と人が接触する実技は、動画視聴等にかえて行います
- ✓ マスクの着用や手指消毒を徹底します。消毒済みの器材を使用します。
- ✓ 受講者や指導員の健康状態を確認した上で行います。



大切ないのちを
救おう!!



動画は、静岡県支部公式
YouTubeで
公開中です!!

コロナ禍での心肺蘇生ってどうしたら良いの？

突然、目の前で人が倒れ、その人に反応(意識)が無く、胸と腹部が上下しない等、普段どおりの呼吸がない場合、直ちに心肺蘇生が必要です。令和2年5月、厚生労働省から「新型コロナウイルス感染症の流行を踏まえた市民による救急蘇生法について」の指針が示されました。静岡県支部ではこの指針のポイント動画を動画にして紹介しています。

※この指針は、新しい知見や感染の広がり等によって変更される場合があります。

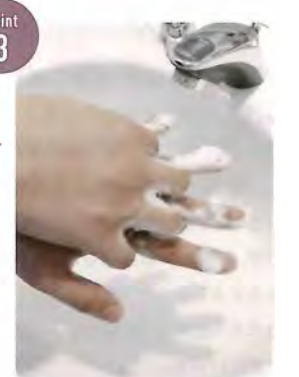
基本的な考え方 すべての心停止傷病者に感染の疑いがあるものとして対応します。



反応と呼吸の確認
傷病者の顔に近づきすぎないようにする。



胸骨圧迫
心肺蘇生は、エアロゾル(ウイルス等を含む微粒子が浮遊した空気)を発生させる可能性があるため、胸骨圧迫を開始する前に、ハンカチ等を傷病者の鼻と口にかぶせる。人工呼吸は行わず、胸が約5cm沈む程度の強さで、1分間に100~120回のテンポで胸骨圧迫を行う。



心肺蘇生の実施後
傷病者を救急隊に引き継いだ後は、速やかに石鹸と流水で手と顔を十分に洗う。

コロナ禍での赤十字講習の感染防止対策

病気やけが、災害から、
いのちを守る知識と技術を学ぶ

1 救急法講習



心肺蘇生の実技では、人工呼吸は行わず、胸骨圧迫の実技を学びます。

水の事故から、
いのちを守る知識と技術を学ぶ

2 水上安全法講習



プール内・プールサイド共に人との間隔を空けて行います。

子どもに起こりやすい事故や病気から、
いのちを守る知識と技術を学ぶ

3 幼児安全法講習



受講者一人につき専用の訓練用的人形(トレーナー)を用意します。トレーナーは、ペットボトルとタオルで簡単に作れます。ご自宅での復習にも◎

すこやかな高齢期を迎えるための、
健康増進や支援を学ぶ

4 健康生活支援講習



スキンシップを伴う実技から、ストレス解消等に役立つ内容にかえていきます。

