



保健福祉情報さいわい

2020年
10月号

発行：幸区役所 〒212-8570 川崎市幸区戸手本町 1-11-1

窓口（電話）取扱時間：平日 8:30～17:00 [土日祝日・年末年始は休庁]
昼休み窓口業務については、各担当者にお問合せください。

●お問合せ：地域ケア推進課 電話 556-6730

保健福祉情報さいわいは、年3回発行しています。

非接触

ワクワク発見！

3密回避

電車が好き！

さいわい 探検



子どもと
おさんぽ！

スタンプラリー

開催
期間

10/10^土～11/24^火

開催
場所

幸区全域



新型コロナウイルス感染症への対策で様々な地域のイベントが中止となっている今、3密を避けながら人と人とのつながりづくりや地域の魅力発見ができるイベントができないかと考え、幸区ではこの秋、モバイルスタンプラリー企画「ワクワク発見！さいわい探検スタンプラリー」を実施します。ぜひこの機会に幸区をたくさん探検してくださいね！！

(2面に続く)

1-2 さいわい探検スタンプラリー 開催のお知らせ

- 鉄道でハグくむ幸 2020
- 外に飛び出そう！

みんなで子育てフェアさいわい

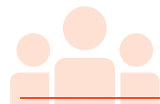
地域でつながる

3 「すくすく子育てボランティア養成講座」を開催します

健康づくり自主グループ交流会を開催します

学習情報提供・学習相談事業

4 「号外! 第4号 備える。かわさき」が発行されました



鉄道ビュースポットと子育て関連スポットを巡る2つのラリー

さいわい探検スタンプラリー

各スポットで撮影した
写真を応募して
賞品をGETできる
「フォトコンテスト」も
同時開催!

開催期間 10月10日(土)～11月24日(火)

開催場所 幸区全域

スポットの詳細はそれぞれの
ホームページをご覧ください。

遊び方

ホームページからスマートフォンでスタンプラリーのページにアクセス!
スポットをまわり、スタンプを集めてください。スポットの一覧やスタンプの集め方、参加賞の受取や抽選への
応募方法等、詳細はそれぞれのホームページをご覧ください。

鉄道ビュースポットをまわるラリー



対象：どなたでも

8 南武線車両基地
組様 見学ツアー



普段は
公開していない
南武線の車両基地
見学ツアーにご招待!

ホームページは
こちら



9月末公開予定

子育て関連スポットをまわるラリー



対象：
小学生までの
子どもがいる家族

1 組 ホテルメトロポリタン 川崎ペア食事券
2 名様 [平日] 選べるメイン+ハーフブッフェ



家族で優雅な
ディナータイムを
満喫!

ホームページは
こちら



9月末公開予定

スタンプを
集めて抽選で
豪華特典を
GET!

ほかにも
豪華景品や、
先着でもらえる
参加賞をご用意!

合計
13
名様

銘菓で楽しむ秋!
和洋菓子各店舗商品引換券等
(新岩城菓子舗、吉田屋、ラ・ベルージュ)



※画像はイメージです

トレインビューが
素晴らしい
最新ホテルの
宿泊券



1 組 ホテルメトロポリタン 川崎
2 名様 ペア宿泊券

●主催：幸区役所、幸区子ども総合支援ネットワーク会議みんなで子育てフェア部会

●協賛企業・団体（五十音順、敬称略）

NEC レッドロケッツ / 御菓子司 吉田屋 / 菓子工房 ラ・ベルージュ / 鹿島田駅前商店会 / 鹿島田商店会 /
川崎幸市場（川崎市地方卸売市場南部市場）/ 川崎信用金庫 / 川崎ブレイブサンダース / 川崎フロンターレ後援会 / 北野書店 /
キャノン / 幸スポーツセンター・石川記念武道館 / 幸まちづくり研究会 / JR 貨物関東支社 / ジェイアール東日本都市開発 /
JR 東日本横浜支社 / 市立川崎総合科学高等学校 / 新岩城菓子舗 / 新百合ヶ丘鉄道模型クラブ / studio FLAT / 鉄道貨物協会 /
鉄道新聞社 / 東芝ブレイブアレイズ / ネコ・パブリッシング / 日吉商店街連合会 / 富士通フロンティアーズ / 富士通レッドウェーブ /
ホテルメトロポリタン 川崎 / マルエツ鹿島田店・新川崎店 / ミューザ川崎シンフォニーホール / ラゾーナ川崎

注意事項

- ・移動しながらのスマートフォン操作は危険です。交通ルールを守って参加してください。スタンプラリー参加中の事故やケガ等については責任を負いません。
- ・新型コロナウイルス感染症の状況により、予告なく中止になることがあります。
- ・参加にあたっての通信料等はご負担ください。
- ・その他、詳細はホームページをご覧ください。

お問合せ：

【鉄道】企画課 電話 556-6612
【子育て】地域ケア推進課 電話 556-6730

地域でつながる

「すくすく子育てボランティア養成講座」を開催します

区役所事業や地域の活動で、参加している親子の方をサポートして下さるボランティアを募集します。主な活動は、平日、区役所の乳幼児健診などの事業での保育の補助です。



	開催日時	会場
1日目	11月6日(金) 午前10時～11時	幸区役所 3階ホール
2日目	11月18日(水) 午前10時～11時 午後…体験実習あり【希望者】	幸区役所4階 第2会議室

対象 子育て支援やボランティア活動に興味がある幸区在住の方

定員 10名程度

申込 電話、FAX、窓口にて

■ お問い合わせ：地域支援課 電話 556-6729 FAX 555-1336

健康づくり自主グループ交流会を開催します

地域で健康づくりや介護予防、サロン活動等に取り組んでいるグループの交流会を行います。地域でつながりを持つことの大切さについての講演、各グループの情報交換会を行います。

日時 11月9日(月) 午前10時～11時

対象 グループ活動をしている方、グループ活動に興味のある方

会場 幸区役所3階 ホール

定員 20名

講師 中澤 伸氏 (川崎聖風福祉会理事)

申込 10月15日(木) から電話か窓口

■ お問い合わせ：地域支援課 電話 556-6729

学習情報提供・学習相談事業

地域活動ボランティアや趣味などに関する情報をそろえています。「幸区でボランティア活動を始めたい!」「サークル活動を始めたいけど、幸区内でどんなサークルがあるの?」こんな相談に応えるため、幸市民館に相談コーナーを設けています。まずはお気軽にお立ち寄りください。



相談コーナーのボランティア「ぷらす」

「ぷらす」とは、上記の相談コーナーを開催しているボランティアグループです。幸区民6人で構成され、楽しく活動しています。話し好きのメンバーですので、相談がなくてもお気軽にお立ち寄りください。

メンバー募集中!

日時 11月6日(金)・20日(金)、12月4日(金)・18日(金) 午後1時30分～4時

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止になる場合があります。

会場 幸市民館 玄関ロビー

費用 無料

申込 不要 直接お越しください

■ お問い合わせ：幸市民館 電話 541-3910

「号外！ 第4号 備える。かわさき」 が発行されました

感染したときの症状に特徴はあるの？

多くは、熱や咳の症状、だるさ、味覚や嗅覚の異常などが報告されています。

こうした症状は、コロナ以外の病気の可能性もありますので、過度に恐れず、心配があるときは下記の連絡先にお問合せください。一方で、無症状の感染者もいます。コロナウイルスは、発症の2日前から感染力があると考えられていますので、無症状者からの感染を防ぐ意味でも、日頃から基本的な感染対策を心がけましょう。

PCR検査しか診断できないの？

PCR検査のほか、抗原検査などがあります。検体としては、鼻咽頭拭いなどだけでなく、検査法によっては唾液で検査ができるものも増えてきました。これらの検査は、例えば濃厚接触者である場合など、検査をする医療機関（医師）などが必要と認められた時に実施されるものであり、感染した方としばらく一緒にいたこともなく、また症状もない方の「感染したかも？」という杞憂を解消するためのものではありません。また、検査の陰性結果は「今、陰性である」ことに過ぎず、明日の陰性を証明するものではありません。検査を受けた方も、結果だけで一喜一憂せず、医師の指示に従い経過を見るのが大切です。

すれ違うだけ、ちょっと触れただけで感染しますか？

くしゃみや咳などの飛沫を直接浴びる飛沫感染や、ウイルスが付着した場所を触った手で顔などを触る接触感染によって、鼻・口・目などの粘膜から感染するため、近い距離で会話をするときには必ずマスクを着用し、こまめな手洗いや3密を回避するなど感染リスクを軽減する効果があります。自分自身の行動歴を振り返ることも大切です。

濃厚接触者の定義では、感染症を疑う症状が出た2日前までさかのぼり、手が触れる距離（1m程度）で、感染予防策（マスク着用など）をせず、15分以上一緒にいた場合とされています。つまり、もし感染しているかもしれない人とすれ違ったり、その人が触った物にちょっと触れた程度では、感染するリスクは非常に低いといえます。ちょっと触れたかな？と思ったときに手を洗ったりすることは、さらにそのリスクを押し下げます。

暑い時期にマスクの着用は苦しいですが、コロナにかかりたくありません！

熱中症に注意が必要です。症状が似ていますので、余計な不安とならないよう屋外などでソーシャルディスタンス（2m以上）が確保できている場合などには、積極的にマスクを外し、新鮮な空気を吸うことも健康のために大切です。

基礎疾患を持っていますが、コロナ対策が優先で病院に行けません！

コロナだけが病気ではありません！感染リスクを回避することは重要ですが、ご自身の病気とも向き合いながら、主治医の指示に従って必要な診察や検査、薬の処方などを受けましょう。また、健康的な生活を心がけることは、生活習慣病などのあらゆる病気への対策に繋がりますので、継続して取り組むことが大切です。

専門家に聞く。

正しく知って、正しく行動しましょう

多くの方が、よく注意して生活をされています。これまでの注意を緩めず、自分のできることをできるだけやる。これは、無理をすることではなく、それぞれの立場でできる範囲のことをやるということです。

飛沫や接触など、どのような行動に感染リスクがあるかを理解し、適切なタイミングで対策をすることも大切です。リスクゼロにはならないとしても、一人ひとりの自分を守る行動が自分の感染を防ぎ、ほかの人への広がりを防ぎ、また重症となった方を受け入れる医療体制を守ることに繋がります。

また、感染症は目に見えないので不安になると思いますが、感染者も被害者です。ウイルスが嫌うのは人の優しさです。人の優しさはウイルスをやっつけます。過度に恐れるのではなく、正しく知って、正しく行動しましょう。

川崎市健康安全研究所所長
政府新型インフルエンザ等
対策有識者会議会長代理

岡部 信彦氏



川崎市
新型コロナウイルス
感染症
モニタリング情報

区役所危機管理担当
(日頃の備えや避難に関すること)

帰国者・接触者相談センター
(感染が疑われる場合)

川崎区 ☎044-201-3327

川崎区 ☎044-201-3189

幸 区 ☎044-556-6610

幸 区 ☎044-556-6715

中原区 ☎044-744-3141

中原区 ☎044-744-3104

高津区 ☎044-861-3148

高津区 ☎044-861-3341

宮前区 ☎044-856-3114

宮前区 ☎044-856-3217

多摩区 ☎044-935-3146

多摩区 ☎044-935-3217

麻生区 ☎044-965-5232

麻生区 ☎044-965-5218

開設時間

午前8時30分～午後5時(平日のみ)

開設時間

午前8時30分～午後9時

コールセンター(感染症への一般的な相談)

☎044-200-0730

開設時間 24時間

発行・編集／川崎市総務企画局危機管理室
発行／令和2年9月 TEL 044-200-2894

川崎市危機管理室発行「備える。かわさき」号外第4号の一部を転載しています。詳しくは次の二次元コードからご覧ください。

