

新型コロナに負けるな！ 一人じゃない

新型コロナウィルスの感染拡大にともない、みんなが不安や心配を抱えて生活をしています。そんな時だからこそ、“自分一人じゃない”と誰かの支えに自分の支えになれるのではないか…あなたは一人じゃない。

谷山生協クリニックでは、命と暮らしを守り、そしてみんなの不安や心配を寄り添いつづける。一人ではできなくてもみんなならできる。
そんな声を皆さんからいただいています。

やはり、マスクをどうにか一般の方々にどこでも買えるようにしてもらいたい。



子どもが外出できなくて、子どもも親も余裕がありません…

どうしても外出しないといけないときの注意事項が知りたいです。何に気をつけたら…

学校が休校でも、仕事が休みにならないため、出勤しなければなりません。外に行くことに不安を感じています。

マスクなしで、咳をする人がいます。咳工チケットに気をつけてほしいです。



マスクや消毒液がありません。子どものおしりふき等もなくて、困っています。



咳工チケットは左の図を参考にしてください。
みんなのために、ひとり一人が気をつけましょう



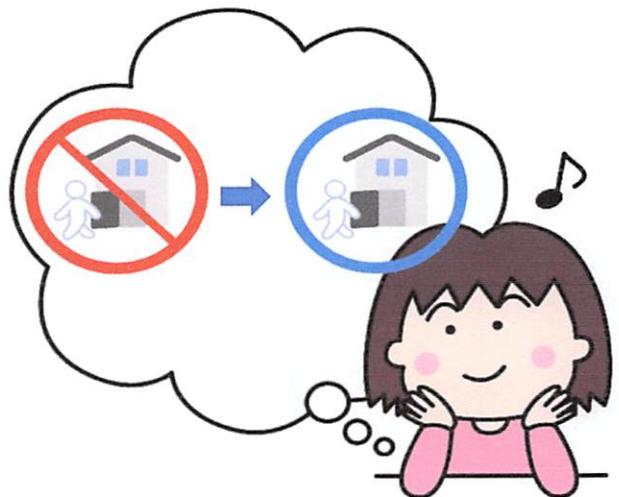
何の心配もなく、買いたい
ものが買えるように早くな
ってほしいですね



先行きが見えず、色々と計画も立てられず、不安です…

ワイワイと楽しい計画が立てられますように…

コロナが終息し、普段の日常に早く戻ってほしいと思います。



急に預かってくれるところが見つかればいいな。
事前に調べておこう。

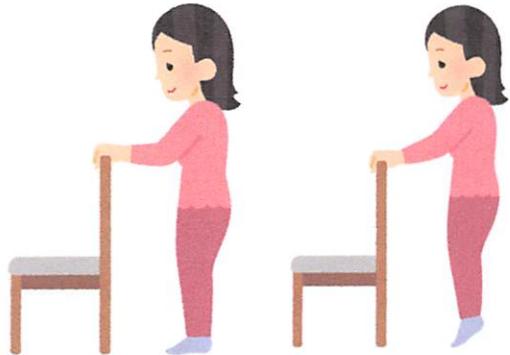
動物を飼っています。もし、自分がコロナにかかり、入院をしないといけないとき、どうすればいいのか悩んでいます。

送り物などが届かない、送れない



急ぎのものでなければ、普段の日常がもどったときに送ろう

このまま外出自粛が続くと、足腰が弱らないか、認知症になるんじゃないかと他の不安がでてきます。



おうちの中でできる運動、例えば、その場あしづみ、かかとのあげさげなどしてみましょう。また、音読などするのもいいかもしません^ ^

仕事が自宅待機状態です。
このまま収入が減り、どうなるのか
先行きが不安です。



風評被害が怖いです。熱が出ただけで、偏見の目で見られたりしないかと…



自分でできることをやって、みんなで乗り越えていきたいと思います。

どんな人もきつい時期です。気分が落ち込んだり、前向きになれないかもしれません。でも、そんな気持ちを心にためておかず、電話などで話して、コミュニケーションをとって、この難局をのりきっていきましょう。