

ウイズ コト

# 「新しい生活様式」に対応した 地域活動のてびき

～新しい常態でも、心はつながる～



亀山市

(社福) 亀山市社会福祉協議会

令和3年1月

ふだんの

くらしの

しあわせ

## 目 次

新型コロナウイルス感染症について	P1
------------------	----

### 安心・安全に地域で活動するためのルール

1. 大切にしたい6つの共通ルール	P2
2. 活動別で考えること	
(1) 一般的な屋内活動	P4
(2) 運動を伴う活動	P6
(3) 飲食を伴う活動	P8
(4) 訪問活動	P10
3. 各種活動による「つながり」づくりに向けて	P12
4. 関係機関の紹介と地域で一緒にできること	P15

引用・参考	P16
-------	-----

#### 参考様式

- ・感染防止対策チェックリスト
- ・受付名簿（健康記録表）

## は じ め に

新型コロナウイルス感染症の影響により、多くの社会・経済活動が停滞し、高齢者等の孤立、休校等による子どもの心身への影響、減収や失業による生活困窮状態などの新たな課題が発生しています。オンラインやリモートワークで人と会わずに仕事や買い物などを行う機会も増えてきていますが、このような技術を活用することが集いの場のすべての代わりになるわけではありません。電話や手紙、電子メールなどにより、お互い気遣い合える関係づくりを進めることで、対面で会えずともつながり続けることができます。

このような状況の中で、つながりが途切れることなく、お互いの暮らしを気にかけてあい支え合う場所を継続していくため、地域で福祉活動・市民活動に関わるみなさんの参考になるよう、ウィズコロナに対応しながら地域での活動を行う「**新しい生活様式に対応した地域活動のてびき～新しい常態でも、心はつながる～**」を作成しました。

感染予防を徹底すればするほど、つながりや居場所づくりが進まないという気持ちになってしまうかもしれません。「こうすれば絶対にうまくいく」という方法ではないかもしれませんが、私たちに「できること」を私たちが「できる方法」で、皆さんと一緒に考えながら実践していければと思います。

## 新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルスは、ウイルス性の感染症となり、発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、強いたるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。また、感染から発症までの潜伏期間は、1～14日程度とされています。

その感染経路は、咳やくしゃみなどの飛沫感染と接触感染が主体です。また、例外的に至近距離で向かい合うことにより、咳やくしゃみなどがなくても、感染する可能性があります。無症状や軽症の人であっても、他の人に感染を広げる例があるなど、感染力と重症度は必ずしも関係していません。

このため、私たちが、新型コロナウイルスへの対応方法を正しく理解し、対応することで地域での活動が継続しやすくなります。

### 主な感染経路

#### ① 飛沫感染

ウイルスが、感染者のくしゃみや咳などの際、飛沫（鼻水、つばなど）として放出され、他の人がそれを鼻や口から吸い込んで感染します。会場での飲食など、マスクを外す場合に飛沫感染による感染リスクが高まります。



#### ② 接触感染

感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスが付着し、他の人がそれを触れ、鼻や口を触ると粘膜から感染します。



### 日常生活で気を付けること

まずは、手洗いが大切です。外出先からの帰宅時や料理の前後、食事前などにこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を清潔にしましょう。

新型コロナウイルスは、飛沫感染・接触感染が主となりますので、私たち一人ひとりが、3つの密（密閉、密集、密接）を避けながら、日頃から感染リスクの意識を持ち、感染対策を行うことが重要です。



【5つの場面に気を付けましょう】



# 安心・安全に地域で活動するためのルール

## 1. 大切にしたい6つの共通ルール

### ① 健康管理の徹底

■次に該当する場合は活動への参加を控えてください(事前案内等で参加者に周知)。

- ・発熱がある人(37℃以上または平熱より1℃以上高い場合)
- ・咳や倦怠感などの風邪症状がある人
- ・海外渡航歴があり帰国後2週間を経過していない人
- ・同居の家族が以上のいずれかに該当する人

■活動参加時には、「健康記録表(巻末参考様式3)」を活用しましょう。

### ② 手洗い・手指の消毒、施設内重点箇所の消毒

■活動前や活動中、ハンドソープでの手洗いやアルコールなどでの手指消毒を徹底してください(タオルは共用せず、いつも清潔に)。



■ハンドソープ、アルコール(手指消毒用)、ペーパータオルなどの衛生資材はできるだけ会場内に設置できるようご用意ください。

■帰宅後も、手洗い・消毒を徹底するよう周知してください。

■複数人が触れる場所を確認し、消毒液(次亜塩素酸水等)で適宜消毒しましょう。ドアノブ、テーブル、椅子、トイレの洗浄レバー等が重点箇所です。



### ③ マスクの着用

■活動中は原則として、マスクの着用を徹底してください。

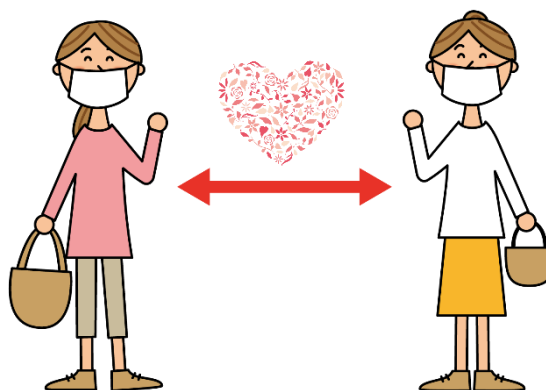
※運動を伴う時も、運動の種類に応じてマスクの着用を徹底してください。なお、筋力体操など、有酸素運動により、マスクの着用で息苦しい場合は、必要に応じて運動中のみ外ししてください。

■マスクを着脱する場合は、紐の部分に指をかけ、着用中は布部分を触らないよう周知してください。

■鼻水・唾液などが付いたマスクを捨てる時はビニール袋で密閉してください。また、ゴミは自分で持ち帰るよう伝えてください。

#### ④ 対人距離の確保（心の距離はぐっと近づけて）

- 対人距離（フィジカルディスタンス※）を確保（対面 2m 以上、横 1m 以上）してください。
- 対人距離のとれる会場レイアウトや座席配置等をお願いします。
- 受付時、入室時、開催中、退室時において、混雑等で密にならないよう配慮してください。



※対人距離を表わす言葉として「ソーシャルディスタンス」が広く使われていますが、当てびきでは世界保健機構（WHO）が推奨する「身体的・物理的距離」を意味する「フィジカルディスタンス」を使用しています。

#### ⑤ 参加者の連絡先情報の把握

- 感染者が発生した際に追跡ができるよう、当日の参加者全員の連絡先（電話・メール等）を収集し、スタッフが「健康記録表（巻末参考様式3）」を活用してください。
- 集めた個人情報は、適正に管理をお願いします。

（主催者で2ヶ月程度保管し、経過後は適切に処分してください）

#### ⑥ 換気方法の確認

- 30分に1回、5分程度の換気を行ってください（回数目安）。
- 換気の悪い場所がある場合には、その場所は極力使用しないようにしましょう。
- 換気は、原則2方向の窓を開けてください。
  - ・部屋の対角にある2箇所の窓を開ける。
  - ・1か所しか開放できない場合は、窓やドアを開けるなど、部屋の空気を外へ出す流れをつくる。

## 2. 活動別に考えること

### (1) 一般的な屋内交流活動

#### ① 定期的な換気

- 30分に1回を目安として、原則2方向の窓等を同時に開け、定期的な換気に努めてください。
- 冬場は、居室の温度18℃以上、相対湿度40%以上に維持できる範囲内で暖房器具を使用しながら、一方向の窓を常時開けて、連続的な換気に努めてください。

#### ② 参加人数の制限

- 会場の定員（または設置座席）の約半数を目安に参加人数を制限し、対人距離の確保・密集の防止をお願いします。  
（対策例）広い会場を使う、時間を区切って2部制にするなど
- 屋外においても、対人距離を確保（対面2m以上・横1m以上）するよう、会場スペースに応じた参加人数を確かめ、制限をお願いします。

#### ③ 共用で触れる器具・設備等の消毒

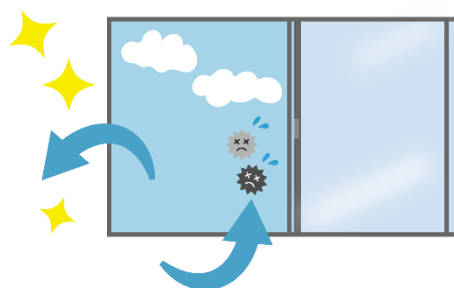
- 複数の人が触れる部分（テーブル、いすの背もたれ、ドアノブ、電気スイッチ、電話、PCやリモコン、蛇口、手すりなど）の定期的な消毒をしてください。
- 活動終了後も、会場の清掃と施設内重点箇所の消毒をしてください。

#### ④ 熱中症の予防

- 熱中症を予防するため、参加者の様子をよく観察し、定期的な水分補給と適切な室温調整を徹底してください。

#### ⑤ 大声を出す場合はマイクを使用

- 主催者や講師が大きな声を発する必要がある場合、マイクを使用してください。飛沫を防止するためにも、ボードなどにより、参加者に伝わるように工夫しましょう。





## 安心して活動するためのヒント「一般的な屋内交流活動」

### ◆ 受付での留意点

受付で参加者に消毒を促し体温や体調を確認、受付名簿（巻末参考様式3）を活用します。マスクを持参していない参加者にはマスクを支給します。

参加費が必要な場合は、接触感染を防ぐため、おつりが無いよう依頼し、トレイ上で受け渡しをします。また、参加者が一斉に入場しないよう配慮します。



### ◆ イベント中の留意点

イベント中はマスクを着用しフィジカルディスタンス（原則 2m最低でも 1m）が保てているかを確認します。換気は原則 2 方向の窓を開け、扇風機等を使用して行います。

主催者や講師が話をするときは、飛沫を防止する為、フェイスシールドやマスクを着用します。講座は、マイクやホワイトボードを使って参加者に分かりやすく伝えるよう工夫をします。また、休憩時間を長めにとり、お手洗いが混雑しないよう、時間をずらして利用します。

### ◆ イベント終了後

参加者が一斉に出口等に集まらないよう、時間をずらした退出を行います。退出時には参加者に消毒を促し、使用した備品等にも消毒を行います。

※三重県「安心みえる LINE」利用者に感染者が出た場合に通知が届きます。

[https://www.pref.mie.lg.jp/YAKUMUS/HP/m0068000077\\_00002.htm](https://www.pref.mie.lg.jp/YAKUMUS/HP/m0068000077_00002.htm)



安心みえる LINE

※厚生労働省の「COCOA」は感染者との接触があった場合に通知が届きます。

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa\\_00138.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html)



COCOA

## (2) 運動を伴う交流活動

### ① マスクをはずして運動するための工夫

- 室内での体操を、屋外での体操やウォーキングに変え、人と十分な距離(2m以上)を確保するなど工夫しましょう。
- 運動を伴う時は、運動の種類に応じてマスクの着用を徹底しましょう。筋力体操など有酸素運動により、息苦しい場合は、必要に応じて運動中のみ外ししてください。
- 咳や会話は、タオルなどで口元を押さえて行いましょう。

### ② 定期的な換気

- 30分に1回を目安とし、原則2方向の窓等を同時に開け、定期的な換気に努めてください。
- 冬場は、居室の温度や相対湿度を18℃以上かつ40%以上に維持できる範囲内で暖房器具を使用しながら、一方向の窓を常時開けて、連続的な換気に努めてください。

### ③ 参加人数の制限

- 会場の定員(または設置座席)の約半数を目安に参加人数を制限し、対人距離の確保・密集の防止をお願いします。  
(対策例) 広い会場を使う、時間を区切って2部制にする等
- 屋外においても、対人距離を確保(対面2m以上・横1m以上)するよう、会場スペースに応じた参加人数を確かめ、制限をお願いします。

### ④ 共用で触れる器具・設備等の消毒

- 複数の人が触れる部分(テーブル、いすの背もたれ、ドアノブ、電気スイッチ、電話、PCやリモコン、蛇口、手すりなど)の定期的な消毒をしてください。
- 活動終了後も、会場の清掃と施設内重点箇所(ドアノブ)の消毒をしてください。



### ⑤ 熱中症の予防

- 熱中症を予防するため、参加者の様子をよく観察し、定期的な水分補給と適切な室温調整を徹底してください。

### ⑥ 大声を出す場合はマイクを使用

- 主催者や講師が大きな声を発する必要がある場合、マイクを使用してください。飛沫を防止するためにも、ボードなどにより、参加者に伝わるように工夫しましょう。



## 安心して活動するためのヒント「運動を伴う交流活動」

活動場所によっては、十分な場所の確保ができなかったり、換気ができなかったり、環境を整えることが難しい場合もあるかと思えます。環境や回数などで工夫している活動もありますのでご紹介します。

～実践例～

- ・ マスク着用のため、適宜水分補給や休憩を余分にとりながら活動
- ・ ラジオ体操や散歩、グラウンドゴルフなど、屋外で互いの距離をとって活動
- ・ 広い会場に変更して開催

いままでのような交流はできませんが、少しの時間であっても、馴染みの方と会えることで気分転換になっているという声を聞きます。



互いの距離をとって、  
ラジオ体操



グラウンドゴルフで  
皆でリフレッシュ

## (3) 飲食を伴う交流活動

※集団での飲食については、他の活動と比べて感染リスクが高くなります。

できるだけ飲食を伴う活動は控える方が安全ですが、やむを得ず飲食を伴う場合は、以下を参考に、慎重に実施するようにしましょう。

### ① 使い捨て容器の使用や食器等の消毒を徹底

■ 飲食に使用する容器等はできるだけ使い捨てのものにしましょう。食器を使う場合は洗浄・消毒を徹底してください。

### ② 食事はできるだけ調理済弁当等

■ できるだけ食事の手作りは避け、業者等による調理済みの弁当を提供するなどしてください。やむを得ず調理が発生する場合も、密にならないよう注意してください。調理道具も出来る限り共有することがないようにし、共有する場合は、洗浄消毒を徹底してください。

### ③ 対面とならないような座席配置

■ 交互に座席を配置する、横並びで同一方向を向くなど、対面とならないような座席配置を工夫してください。

対面で行う場合は、間にアクリル板や透明シートを設置しても良いでしょう。

### ④ 大皿での盛り付けをしない

■ 複数の人が同じ料理を食べるような大皿での料理の提供、バイキング等は控え、個人別に食事を提供してください。お菓子を提供する場合でも個包装されたものを配布するようにしましょう。

### ⑤ 飲食中は会話を控える

■ 飛沫感染対策として、飲食中の会話は、参加者・スタッフともに禁止しましょう。

### ⑥ 定期的な換気

■ 30分に1回を目安として、原則2方向の窓等を同時に開け、定期的な換気に努めてください。

■ 冬場は、居室の温度や相対湿度を18℃以上かつ40%以上に維持できる範囲内で暖房器具を使用しながら、一方向の窓を常時開けて、連続的な換気に努めてください。

## ⑦ 参加人数の制限

- 会場の定員（または設置座席）の約半数を目安に参加人数を制限し、対人距離の確保・密集の防止をお願いします。

（対策例）広い会場を使う、時間を区切って2部制にする等

- 屋外においても、対人距離を確保（対面2m以上・横1m以上）するよう、会場スペースに応じた参加人数を確かめ、制限をお願いします。

## ⑧ 共用で触れる器具・設備等の消毒

- 複数の人が触れる部分（テーブル、いすの背もたれ、ドアノブ、電気スイッチ、電話、PC やリモコン、蛇口、手すりなど）の定期的な消毒をしてください。
- 活動終了後も、会場の清掃と施設内重点箇所の消毒をしてください。

## ⑨ 熱中症の予防

- 熱中症を予防するため、参加者の様子をよく観察し、定期的な水分補給と適切な室温調整を徹底してください。

## ⑩ 大声を出す場合はマイクを使用

- 主催者や講師が大きな声を発する必要がある場合、マイクを使用してください。飛沫を防止するためにも、ボードなどにより、参加者に伝わるように工夫しましょう。

## 安心して活動するためのヒント「飲食を伴う交流活動」

飲食物はペットボトルや個包装の物、容器については使い捨てを選びます。また、手渡しはせず個々に取っていただくようにします。飲食中は横並びで同一方向を向き、対面にならないような座席配置にします。また、参加者・スタッフとできる限りおしゃべりは控えます。



個包装のお菓子

- ・食事前の手洗いの徹底⇒ハンドソープでの手洗いやアルコールなどで手指消毒
- ・互い違いに座席を配置⇒距離が近くなる場合はアクリル板の設置
- ・食事中の会話は控える⇒食後はマスクをつけての会話
- ・会場内の換気・窓を全開にし、対角線上に2か所窓を開けて空気の流れをつくる
- ・会場内の人数⇒密を避けるため、従来の参加人数より参加者を減らしての実施

## (4) 訪問活動

※できるだけ屋内に入らずに玄関先等での対応に代えるようにしましょう。

### <訪問を受ける側の確認・対策依頼>

#### ① 事前に体調をチェック

■訪問対象者の体調を事前に確認し、「共通ルール (P. 2) ①健康管理の徹底」に記載の症状や訴えがある場合は訪問を控えてください。

なお、症状がある場合の受診は、かかりつけ医にまずは電話で相談し、指示に従ってください。

#### ② 手指消毒の徹底

■訪問対象者についても手指消毒の徹底をお願いしてください。

#### ③ マスクの着用

■訪問対象者についても活動前にマスクの着用をお願いしてください。

#### ④ 換気の実施

■訪問中はできるだけ換気をした状態で活動してください。



### <訪問する側の対策>

#### ① 対面活動は原則 15 分以内

■訪問対象者と対面する活動については、対人距離（対面 2 m・横 1 m以上）の確保はもちろん、原則 15 分以内に活動を終えるようにしてください。

#### ② 活動スペースに合わせた活動人数

■自宅の環境や活動場所に合わせ、密にならない活動人数の制限をお願いします。

#### ③ 1 軒ごとに検温と消毒をする

■1日に複数軒の活動をする場合は、1軒ごとに活動者の検温と手指消毒を行ってください。

## 安心して活動するためのヒント「訪問活動」

感染拡大防止に注意しながら、必要に応じて訪問を続けていただければと思います。

### <訪問時の注意点>

- 毎日必ず検温をします。
- 訪問先に到着したら手指消毒をしてから入ります。
- マスク着用は当然ながら、訪問対象者の方にもマスク着用をお願いします。
- 訪問対象者に、感染防止対策として窓を開けさせていただいたり、距離をとってお話させていただいたりします。対策をとっていることを伝えることで、訪問対象者の不安を和らげるよう配慮することが大切です。



### 3. 各種活動による「つながり」づくりに向けて

新型コロナウイルス感染症予防として、体操教室や文化活動、地域のサロン活動など、多くの活動が自粛されました。活動の場が自粛となったことで、閉じこもりがちな高齢者が増加しています。閉じこもりの状態が続くと、人と交流する機会や、体を動かす機会が減り、認知機能、体力や筋力の低下を招き、多くの高齢者が「フレイル」になる可能性があります。

#### ① 活動の場が無くなることで引き起こされる健康課題「フレイル」

フレイルとは加齢とともに心身の活力（運動機能や認知機能等）が低下し、外出する機会が減り、介護が必要なほどではないが、心と体の働きが弱くなった状態をいいます。2週間の寝たきりで失う筋肉量は、7年間に失われる量に匹敵すると言われています。

特にひとり暮らしや、近隣住民と交流の少ない高齢者は、体を動かす機会が少なくなりがちであるため、注意が必要です。

フレイルの状態は、しっかり対策をとれば、状態の悪化を防げたり元の状態に戻れたりすることができます。

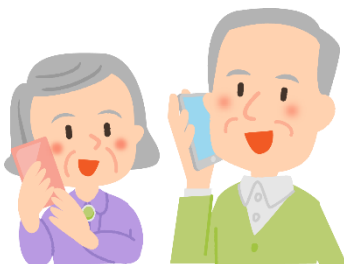


#### ② 閉じこもりは良くないという事実

「友人や家族と会話する機会がない」、「誰とも会わない」など閉じこもりの状態が続くと、フレイルだけでなく、うつ、認知症、要介護状態になりやすいことが分かっています。高齢者の場合、外出自粛は感染リスクを抑えるメリットがあると同時に、健康を損なうデメリットもあることを考慮しなければなりません。

#### ③ つながりを保つことが大切

外出自粛により人との交流が少ない状況が続くと、高齢者の健康が損なわれやすくなります。それを予防するためには、人とのつながりを保つことです。「感染対策を講じながら集いの場を再開する」、「身近な友人に連絡をとる」などつながる方法はさまざまです。新型コロナウイルス感染症の拡大防止に配慮しながら人とのつながりを保ち、誰もが健康に過ごせることが大切です。





## 安心して活動するためのヒント「お家でもつながりを継続」

集いの場が開催できなかつたり、開催できても参加できなかつたりする人がいるかもしれません。しかしながら、集いの場に参加できなくても、“人と人がつながり続ける”ことは大切であり、参加できない人に対しては、次のような方法でつながりの継続を図りましょう。

### ① 健康体操の実施や便りなどを配布する

これまで集いの場で行っていた「毎日コツコツ！かめやま健康体操」や、日頃の介護予防活動等のたよりを届けることで、参加できない人とつながりを続けることができます。活動自粛中に、集いの場の活動に代えて行われていた活動を紹介します。

～実践例～

- ・今までしていた健康体操のDVDや健康ポスターを配布し、各自が自宅でもできるように案内をした。
- ・訪問活動の代わりに定期的に電話で連絡し、見守り活動を行った。
- ・介護予防のチラシとサロン独自の便りを添えて、自宅に配布した。



電話による見守り活動



たより「健康ひろば」



自宅できる体操紹介



## ② 電話やオンラインを活用する

健康や身体面で心配な方が何名かみえたので、個別に電話や書面を送付し安否確認をしました。

スタッフ間ではLINE や ZOOM などのオンラインを使用して、近況報告や相談、話し合いをすることもできます。



## ③ 今できる活動や方法で活動する

以前の活動ができなくなり、同じ活動で再開を目指すのではなく、“つながり” 続けるために「何かできないか」、「どんなことができるか」考え、団体間の交流や地域交流などを目的にした集いの場で、集うことができない中でも、つながりを継続させている活動もあります。

一方、訪問活動では、フィジカルディスタンスや滞在時間の短縮など、必要な感染対策を講じたうえで、見守り対象者を訪問します。訪問後には、活動者間で情報共有を行っています。



毎月の集まりを、  
作品展に変更して開催

## 4. 関係機関の紹介と地域で一緒にできること

新型コロナウイルス感染症拡大により各相談機関には「楽しみにしていた活動に参加できず、気分が落ち込んでしまった」という相談が多数入り、いかに地域福祉活動や「ひととのつながり」が様々な方々の生きがいに結び付いていたのかを改めて実感しました。

新しい生活様式を取り入れつつ、地域福祉活動を再開させていくために、地域のみなさんと一緒に、専門職としてできることを全力でサポートしていきたいと考えています。

次の「地域で一緒にできること」はあくまでも一例です。地域のつながりを絶やさず広げる方法をみなさんと一緒に考え、その活動を応援していきたいと考えています。

関係機関	地域で一緒にできること
亀山市役所 健康福祉部長寿健康課 TEL : 0595-84-3316	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 感染症対策の方法の相談</li> <li>・ フレイル予防の相談</li> </ul>
亀山市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL : 0595-82-7985  地域包括支援センター TEL : 0595-83-3575	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 地域のサロン・カフェ等の再開に向けた相談全般（各サロンにおいて具体的な感染症対策をどのように実践するか、現地にて相談することも可能です）</li> <li>・ 必要な物品等の貸出（非接触型体温計、マイク等）</li> <li>・ 感染対策グッズ作成方法の紹介</li> <li>・ 自宅でできる体操の紹介</li> </ul>

地域活動等についてのご相談・お問合せは、関係機関までお気軽にご連絡ください。

## 引用・参考

- ・「新しい生活様式について」厚生労働省
- ・「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して通いの場等の取組を実施するための留意事項」厚生労働省
- ・「新型コロナウイルスに関するQ&A（一般の方向け）（6月5日更新）」厚生労働省
- ・「来年2月末までの催物の開催制限、イベント等における感染拡大防止ガイドライン遵守徹底に向けた取組強化等について」内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室
- ・「新しい生活様式を身に付けて、感染症に強く持続可能な新しい三重県へ」三重県
- ・「コロナとうまく付き合うための地域ふくし活動で・び・き」社会福祉法人阪南市社会福祉協議会
- ・「新型コロナウイルスの感染に気をつけながら地域活動を行う手引き」いなべ市・いなべ市社会福祉協議会
- ・「通いの場×新型コロナウイルス対策ガイド」東京都健康長寿医療センター研究所
- ・「公民館における新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン」公益社団法人全国公民館連合会

※新型コロナウイルス感染症に関する情報は、厚生労働省の「新型コロナウイルス感染症について」など、随時情報が更新されますので、最新の情報をご確認ください。

■てびきは令和3年1月時点での情報に基づき作成しています。

なお、今後の状況により、必要に応じて内容を追加・修正し、更新することとしています。

【参考様式1】

## 感染防止対策チェックリスト

### 準備物

- 消毒液（物品消毒用）  
【水・石鹼による洗浄、アルコール消毒液、熱水、次亜塩素酸水、塩素系漂白剤】
- 消毒液（手指消毒用）  
【水・石鹼による洗浄、アルコール消毒液】
- ペーパータオル（物品消毒拭取用）
- マスク（マスク忘れ者用）
- 受付名簿
- 体温計
- ハンドソープ
- ゴミ袋
- 手袋（物品消毒時の手荒防止）
- アクリル板、透明シート、フェイスシールド（必要に応じて準備）
- マイク・ホワイトボード（大声を出す必要がある場合）

### 会場の消毒

- テーブル
- 椅子、椅子の背もたれ
- 手すり
- ドアノブ
- トイレの洗浄レバーハンドル
- 電気のスイッチ
- エレベーターのボタン
- パソコン・マウス

## 【参考様式 2】

# 対策のポイント

## 会場準備のポイント

- 掃除、消毒、換気をしっかりと行う。
- 使い捨ての物品を使用する（紙コップなど）。
- 食事や菓子を出す場合は個装された物を用意する。
- 道具や材料は共有しないように、個別に用意する。
- 人と人との間隔を 1m 以上保てるよう配慮して椅子を設置する（対面の場合は 2m 以上）。
- 感染拡大防止対策を実施していることを、参加者に示す。  
（例：チェック済みのチェックリストを入口等に掲示する）

## 受付のポイント

- 参加者が一度に入場しないよう配慮する。
- 入口に消毒液を設置する。
- 体温や体調を確認し受付名簿に記入する（筆記具使用後は手指消毒する）。
- 参加費は、おつりの必要が無いように依頼し、受け渡しはトレイを使用する。
- マスクを持参していない場合は、マスクを支給する。
- 参加人数が多く、感染拡大防止対策がとれない場合は、お帰りいただく事も検討する。

## 開始する時のポイント

- プログラムの説明等は大声を出さず、マイクやボードで説明をする。
- マスク着用を改めて確認する。  
（お茶を飲む時などマスクをはずしている時は話をしない。話す時はマスクを付ける。）
- フィジカルディスタンス（対面 2m 以上・横 1m 以上）を参加者同士で確認する。
- 目、鼻、口に触れる時は、手洗い又は手指消毒をすることを伝える。

## 開催中のポイント

- 参加者が多い場合はグループに分け、グループ間の移動や接触を減らす。プログラムの説明等は大声を出さず、マイクやボードで説明をする。
- 30 分に 1 回（5 分程度）を目安として、原則 2 方向の窓を開けて換気をする。
  - ・ 部屋の対角にある 2 箇所の窓を開ける。
  - ・ 1 か所しか開放できない場合は、扇風機を窓の方へ向けて設置する。

## 終了時のポイント

- 参加者が一斉に帰らないよう、時間をずらすなどの案内をする。
- ゴミは各自持ち帰るよう伝える。

## 終了後のポイント

- 会場の掃除、消毒を行う。



【参考様式3】

## 受付名簿（健康記録表）

※発熱や風邪症状がある場合は、無理をせず自宅で療養してください。

※途中で体調が悪くなった場合も無理をせず、活動を止めてください。

### 活動日時

年 月 日 ( ) 時 分から 時 分まで

### 活動場所

### 代表者氏名・連絡先

氏名

連絡先 ☎

	氏名	体温 (°C)	風邪症状等の有無（該当に○）	住所	連絡先☎
1			咳・倦怠感・味覚異常・嗅覚異常・ 上記該当なし		
2			咳・倦怠感・味覚異常・嗅覚異常・ 上記該当なし		
3			咳・倦怠感・味覚異常・嗅覚異常・ 上記該当なし		
4			咳・倦怠感・味覚異常・嗅覚異常・ 上記該当なし		
5			咳・倦怠感・味覚異常・嗅覚異常・ 上記該当なし		
6			咳・倦怠感・味覚異常・嗅覚異常・ 上記該当なし		
7			咳・倦怠感・味覚異常・嗅覚異常・ 上記該当なし		

※個人情報につき、取り扱いには注意してください。

※記入後は、主催者で2ヶ月間程度保管し、経過後は処分してください。