

令和2年11月4日版

地域活動を実施される皆さまへ

— 新しい生活様式に基づく —
地域活動における
新型コロナウイルス感染症拡大予防について
(参考例)

本参考例は、国が提唱する「新しい生活様式」を実践しながら、新型コロナウイルス感染症拡大の予防と地域活動の両立を図るための基本的な参考例をまとめたものです。

各種地域活動を実施する際の参考としてお使いください。

今後、大分市内の感染状況、国の方針等により変更する場合がありますのでご注意ください。

「新しい生活様式」とは

長期間にわたって感染拡大を防ぐために、飛沫感染や接触感染、さらには近距離での会話への対策を、これまで以上に日常生活に定着させ、持続させなければなりません。それを「新しい生活様式」と呼びます。

大分市 市民部

【お問い合わせ先】

大分市市民部市民協働推進課
電話 097 - 537 - 7251

1. 地域活動を行う際の参考例

「(1) 共通する対策」と「(2) 活動ごとの対策」を組み合わせ、地域活動の参考にしてください。詳細は該当ページをご参照ください。

| (1)共通する対策 (P.2～P.4参照) | |
|--|--|
| <p>① 活動前の確認</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 感染が拡大傾向になった場合の事業中止や実施方法の見直し(総会等の書面開催など)を想定しておく <input type="checkbox"/> スタッフの氏名及び連絡先を再確認 | <p>② 参加者への呼びかけ(広報・周知)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 体調不良時の参加の自粛 <input type="checkbox"/> 3密(密集・密接・密閉)を避ける <input type="checkbox"/> マスクの着用や咳エチケット <input type="checkbox"/> 手洗いや手指の消毒 |
| <p>③ 活動参加者の把握</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 参加者の氏名と連絡先を把握 | <p>④ 消毒・衛生対策</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 石けんでのこまめな手洗いや手指の消毒 <input type="checkbox"/> 手で触れる共有部分を消毒 |
| <p>⑤ マスクの着用</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 活動中は可能な限りマスク着用 <input type="checkbox"/> マスクをしても大声で会話をしない | <p>⑥ 「3密」(密集・密接・密閉)を避ける</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 十分な人と人との距離を確保 <最低1m(できるだけ2mを目安に)、運動などでマスクを外す場合は少なくとも2m以上> <input type="checkbox"/> 定期的に会場を換気 |
| <p>⑦ ごみの取扱い</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> ごみはビニール袋に密封 <input type="checkbox"/> 作業中はマスクや手袋を着用 <input type="checkbox"/> 作業後は必ず手洗いを実施 | |

+ 組み合わせる

| (2)活動ごとの対策(P.4～P.6参照) | | |
|-----------------------|--------------------------|-----|
| 屋内での活動 | | |
| ① 会議や講座の開催 | 総会、打合せ、講座・セミナー、学習会など | P.4 |
| ② 運動を伴う活動 | 体操、舞踊、ダンスなど | P.4 |
| ③ 対面する活動 | 囲碁、将棋、麻雀など | P.5 |
| ④ 歌唱を伴う活動 | 合唱、カラオケ、コーラス、詩吟、民謡など | P.5 |
| 屋外での活動 | | |
| ⑤ 運動を伴う活動 | ラジオ体操、ゲートボール、グラウンド・ゴルフなど | P.5 |
| ⑥ 地域のまつり | 夏まつり、盆踊りなど | P.5 |
| ⑦ その他の屋外活動 | 清掃活動、防災訓練、通学路見守りなど | P.6 |

※記載の活動事例はあくまで一例ですので、各団体で状況に応じて参考にしてください。

(1) 共通する対策

① 活動前の確認

□ 体調不良のスタッフの活動自粛

- ・スタッフは、参加する日は体温を測り体調を確認しましょう。
- ・活動の代表者は、活動前に参加スタッフの中で、発熱等の風邪の症状がみられる方や体調がすぐれない方がいないか確認し、症状がある方は活動に参加しないように促してください。

□ 参加するスタッフの連絡先を把握

- ・スタッフの氏名及び連絡先を再確認しておきましょう。

□ 感染が拡大傾向になった場合に備えた検討

- ・感染が拡大傾向になった場合を想定し、事業中止や実施方法の見直し（総会等の書面開催など）をあらかじめ検討しておきましょう。

□ スタッフの感染予防

- ・活動中はマスクをしましょう。
- ・活動前後の打ち合わせはできるだけ短時間で終わらせましょう。

② 参加者への呼びかけ（広報・周知）

□ 体調不良の方の参加自粛

- ・活動の案内をするときに、発熱等の風邪の症状がみられる方や体調がすぐれない方は活動に参加しないように伝えましょう。
- ※参加する日は体温を測り体調を確認するよう伝えましょう。

□ 感染症対策の協力を周知

- ・活動時は、「3密」（密集・密接・密閉）を避け、「人と人との距離を確保」、「マスクの着用」、「手洗いや手指の消毒」を呼びかけましょう。
- ・使用する施設・場所の感染症対策のうち、参加者への注意事項や協力事項を伝えましょう。

③ 活動参加者の把握

□ 参加者名簿を作成するなど、参加者の氏名及び連絡先を把握しましょう。

※万一、参加者の中で感染者が出た場合、保健所からの調査が必要になる場合があるため、名簿を1か月保管してください。参加した人に連絡を取れるのであれば名簿の作成は必要ありません。

※1か月経過後、個人情報に十分注意して廃棄しましょう。

④ 消毒・衛生対策

- こまめな手洗いや手指の消毒を行いましょう。
※会場にきた時・マスクなしで咳やくしゃみが出たとき・鼻をかんだ後・共有の物品等を触る前後 など
- 手や口が触れるようなもの（コップ、箸など）は、共用しないようにしましゅう。
- ドアノブ、テーブル、椅子等の複数の人が触れる部分や参加者等が共用する物品などは適切に消毒しましゅう。

⑤ マスクの着用

- 活動中は可能な限りマスクを着用しましゅう。
- マスクをしても大声で会話をしないようにしましゅう。

⑥ 「3密」（密集・密接・密閉）を避ける

密集しない

多くの人が密集しないように気を付けましゅう。

（対策例）

- ・ 人の密度を下げるために、長机1台につき、一人など、席の配置を考慮する。
- ・ 対人距離を確保して活動する。〈最低1m（できるだけ2mを目安に）、運動などでマスクを外す場合は少なくとも2m以上〉
- ・ なるべく対面（真正面）は避けて、横並びに座るようにする。など

密接しない

密接した距離で会話や作業を行わないようにしましゅう。

（対策例）

- ・ 会話や発声の際はマスクを着用する。
- ・ 大声を出したり、呼吸が激しくなったりする活動は控える。
- ・ 活動中に水分補給する場合は、対面を避け会話も控える。
- ・ 配布物の手渡しを避け、机に配布しておく。
- ・ 飲食を伴う活動を行う場合は手洗いを徹底し、対面を避け会話も控える。など

密閉しない

屋内の活動では換気を徹底しましゅう。

（対策例）

- ・ 窓やドアを2つ以上開けて風の流れることができるようにする。
※可能であれば2方向の窓を同時に開けて実施する。
- ・ 定期的に窓を開けて換気をする。（1時間に5～10分程度） など
※エアコンをつけているときも換気を行ってください。

⑦ ごみの廃棄方法に気を付ける

- ごみはビニール袋に密封しましょう。
- 作業中はマスクや手袋を着用しましょう。
- 作業後は必ず手洗いをしましょう。

(2) 活動ごとの対策

感染症対策を踏まえた活動方法の具体例をお示しします。

※地域では様々な活動が実施されていますので、活動内容によっては複数の項目に該当します。

【屋内の活動】

① 会議や講座の開催 (総会、打合せ、講座・セミナー、学習会など)

【開催方法にあたって気をつけること】

- 各種の総会などでは委任状なども活用し、密接しない人数で開催しましょう。

【開催時の対応策】

- 参加者のマスク着用を徹底しましょう。
- 感染リスクを抑えるため、議長や説明者などの大きな声を出す発言者は参加者との距離をとりましょう。〈最低1m(できるだけ2mを目安に)〉
- 発言しない参加者の座席は人と人とが触れ合わない距離にしましょう。
- 飲食を伴う会議はなるべく控えましょう。

② 運動を伴う活動 (体操、舞踊、ダンスなど)

- 室内の換気をした後はエアコンの温度をこまめに調整して、室内の温度を適温にしましょう。
- 人と人との距離を最低1m(できるだけ2mを目安に)空けましょう。
運動中マスクを外す場合は少なくとも2m以上の距離を空けましょう。
- マスク着用時は十分な呼吸ができなくなることがあります。無理のない範囲で行い、休憩も多くとりましょう。
- こまめな水分補給を行いましょう。水分補給の際は、会話を控えましょう。
- 更衣室は少人数で交代して使用するなど密集しないように注意し、会話を控えて換気を常に行いましょう。

③ 対面する活動 (囲碁、将棋、麻雀など)

- マスクを着用していても、大きな声での会話は控えましょう。
- 囲碁・将棋の駒など、複数人が触る物は使用後に消毒用アルコールで拭きましょう。
- 飲食は控えましょう。また、水分補給を行う際は会話を控えましょう。

④ 歌唱を伴う活動 (合唱、カラオケ、コーラス、詩吟、民謡など)

大声を出すような活動は少し離れた場所にまで飛沫感染の恐れがありますので、活動する際は十分に距離をとり、換気をしてください。

- 歌唱時もマスクを着用し、他の人と1 m以上（できるだけ2 mを目安に）の距離をとりましょう。
- 歌詞のモニターの配置などを工夫し、歌う人の真正面には座らず、横並びに座るようにしましょう。
- 歌う人が代わる際などに、こまめにマイク・リモコンなどを消毒しましょう。

【屋外の活動】

⑤ 運動を伴う活動 (ラジオ体操、ゲートボール、グラウンド・ゴルフなど)

- 人と人との距離を最低1 m（できるだけ2 mを目安に）程度空けましょう。運動中マスクを外す場合は少なくとも2 m以上の距離を空けましょう。
- 会話の際は、マスクを着用しましょう。
- こまめな水分補給を行いましょ。水分補給の際は、会話を控えましょう。
- 更衣室は少人数で交代して使用するなど密集しないように注意し、会話を控えて換気を常に行いましょう。

⑥ 地域のまつり (夏まつり、盆踊りなど)

- 来場者を把握しましょう。

(対策例)

- * できるだけ受付を設置する。
- * 参加者名簿を作成するなど参加者の氏名・連絡先（電話番号）を把握する。
- * 事前に参加券を配布し、参加する人の氏名・連絡先を記載してもらった参加券を会場入り口で回収する。など

- 入退場時は密にならないよう到来者を誘導しましょう。
- 会場内に密集がおこるような場所を設けないようにしましょう。
- 会話の際は、マスクを着用しましょう。
- ステージややぐら等を設ける場合は、出演者と観客との間に十分な距離をとるとともに、出演者の控室が密にならないよう注意しましょう。観客に対して、観客同士が密にならないよう、また、大きな声援を控えるよう必要に応じて呼びかけましょう。
- 模擬店等を実施する場合は密集・密接に注意しましょう。

(対策例)

- *行列で密集が起こらないよう、行列内の人と人の間隔を空けたり（目印の設置など）、行列が生じないよう整理券を配布するなど工夫する。
- *会場内には密集がおこるような飲食場所を設けない。など

<飲食を提供する場合>

- ・料理は個々に用意し、もしくは個包装のものを用意しましょう。
- ・共用の食器を使用する場合は消毒をする。もしくは使い捨て食器を使用しましょう。
- ・調理員は必ずマスク、手袋を着用しましょう。

⑦ その他の野外活動 (清掃活動、防災訓練、通学路見守りなど)

- マスクをせずに野外活動をする場合は、人と人の距離を少なくとも2m以上空けましょう。
- 会話の際は、マスクを着用しましょう。また、できるだけ人と人が接触しないようにしましょう。
- 手が触れるようなもの（ごみバサミなど）は、共用しないでください。または、自分の手袋を着用しましょう。
(共用物を使用した場合は適切に洗浄・消毒しましょう。)
- 清掃活動では、マスクやティッシュなど細菌やウイルスがついている可能性があるごみには直接触れないようにしましょう。
- 清掃活動でグループでなければできない作業を行う際は、マスク、手袋を必ず着用して、会話は控え、人と人が接触しないようにしましょう。
- 移動を伴う際の車内では窓を開けるなど適切な換気をしましょう。

◆イベント等の参加人数上限について◆

「大分県 新型コロナウイルスに関するお知らせ」をご覧ください。
<https://www.pref.oita.jp/site/covid19-oita/>
 ※感染状況等により変わりますので報道等に注意してください。

2. 回覧について

回覧の受け渡しを対面で実施する場合はマスクを着用しましょう。

(対策例)

- * 直接の手渡しを避け、可能な限りポストへの投函など間接的な受け渡しをする。
- * 個人情報が含まれていない回覧物は、自治会の掲示板等に貼る。など

3. 資料の改訂について

大分市内の感染状況、国の方針等により、本参考例も改訂となる場合がありますのでご了承ください。改訂する場合は市ホームページ等にてお知らせします。

4. 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」をインストールしましょう！

厚生労働省は、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」を開発しました。

本アプリは、スマートフォンの近接通信機能（ブルートゥース）を利用して、新型コロナウイルス感染症の陽性者と接触した可能性について、通知を受けることができます。

利用者が増えることで、感染拡大の防止につながることを期待されます。ご自身のスマートフォンにインストールして、利用いただきますようお願いします。

※詳細は、厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」をご覧ください。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html

iPhoneの方はこちら
<App Store>



Androidの方はこちら
<Google Play>



【厚生労働省ホームページより】

【ご留意ください】

- 市では地区公民館、文化・スポーツ施設、公園など利用する施設・場所ごとに、感染症対策を講じています。それぞれの施設の対策に従って活動しましょう。
- 市が所有する施設での活動や市が補助する活動等については、新型コロナウイルス感染症拡大予防の観点から、市として慎重な感染症対策が必要であると判断し、実施を見合わせたり、活動方法の変更などをお願いしている場合がありますので、ご理解とご協力をよろしくお願いします。
- 持病をお持ちの方や、高齢者の方及び妊娠中の方々は、感染した場合の重症化リスクが高いと言われていています。地域活動において、お世話役となる側にも、一般の参加者となられる方々にも、このようリスクを抱えている方もいるかと思えます。持病のことは他の人に言い出しにくく躊躇しがちです。お世話役に従事することや活動への参加のお誘いにあたっては、この点にも留意していただき、配慮ある運営をお願いします。

〔参考〕

この対策は下記の新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策等を参考に作成しています。

- 厚生労働省 新型コロナウイルス感染症について
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html
- 首相官邸 新型コロナウイルス感染症対策について
<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/kansensho/coronavirus.html>
- 内閣官房 新型コロナウイルス感染症対策 ホームページ
<https://corona.go.jp/>
- 大分県 新型コロナウイルスに関するお知らせ
<https://www.pref.oita.jp/site/covid19-oita/>
- 大分市 新型コロナウイルス感染症特設ページ
<https://www.city.oita.oita.jp/o029/coronavirus.html>