

ゆめまちでの感染防止活動基準について

	項目	基準	参考(新しい生活様式)
共通	体調調査	体調不調者は参加不可 体温計で参加者全員計測。参加者名簿に記録後、活動開始。 (体温計を貸し出すので、使用後直ちに返却)	7/8 内閣官房通知に準拠 「不調時は自宅療養」
	参加者名簿 (感染発生時以外 開封せず)	終了時職員チェック後、封をして館に提出。 3週間保管後返却。引き取りない場合利用日1か月後細断。 (記入項目：氏名、電話、体調、体温、マスク、アプリ等)	7/8 内閣官房通知に準拠 「必要あれば利用者の連絡先の把握」
	厚労省接触アプリ	施設利用者の義務とされている。スマホ保有者に利用を要請	7/8 内閣官房通知に準拠
	換気	窓と扉両方とを開け、換気扇強	三密防止
	間隔	部屋の定員の1/2。 マスク着用で2m以上。(対面しない場合1m以上) 必要に応じて部屋の変更、2部制にするなど参加人員削減	出来れば2m 最低1m 対面を避ける
	マスク	全員がマスク着用。休憩中も必須。 やむを得ない活動ではマスク外す事を事前に申請。後日審査。 熱中症防止のため休憩を早めにとる。	症状が無くてもマスク
	手指消毒	各団体にアルコール消毒用品持参。都度消毒。(最近入手可能)	まめに手洗い、消毒
	軽食(申請要)	2時間帯の間の軽食のみ。横並び2m間隔(対面、会話禁止)	屋外、横並び
	発声	マスクなしの大声禁止	十分な距離を開けて
個別	調理	マスク着用。持ち帰り(食中毒にならないメニュー、短時間内に消費)	テイクアウト推奨、屋外、横並び
	ダンス	マスク着用、手袋(社交ダンス) 社交ダンスはできるだけストレッチ、シャドー。組む時は手袋	業種別指針を参考 (ダンス協会)
	管楽器など (吹く楽器、吹矢)	演奏時のみマスク不要。休憩中はマスク。対面禁止。2m以上。 唾液を床・テーブル・壁等に滴下・付着させない。参加者相互に付着させない。	業界各種データ
	合唱	対面禁止。楽譜の共用は不可。マスク着用を推奨。前後2m、左右1m以上。マスク外した場合は前後2m、左右2m以上。	業種別指針 (合唱協会)
	カラオケ	歌う時のみマスク不要。2m以上間隔。対面、デュエット不可。 休憩時マスク。マイク用消毒ティッシュ、ビニール手袋、ゴミ袋持参。	業種別指針 (カラオケ業界団体等)
	卓球	シングルスのみマスク不要。ダブルスはマスク着用。 休憩席側の台はシングルスでマスク着用。休憩中はマスク。 台間距離4m以上(3台まで)。台を手で拭かない。(台が消毒できない)	業種別指針 (卓球協会)
	空手	マスク着用：間隔2m以上。対面可。組手をできるだけ避ける。 マスク外す：間隔2m以上。対面不可。組手・発声禁止。休憩中マスク	業種別指針 (空手連盟)
	バンド	マスク着用。管楽器使用時は上記管楽器の例による。 歌唱は上記合唱の例によるが、対面が回避できない場合はフェイスシールド+マウスシールドまたは同等の遮蔽板。	合唱、管楽器基準による
	その他の活動	マスク着用し、「共通」の基準の範囲内で実施。 マスク着用が不可能な場合は事前に申請。後日の審査の結果に従う。 審査結果がでるまでマスク着用。(審査で不可となる場合あり)	申請時業種別指針を参考に検討
違反	以降の使用許可の取り消しや、新規発行お断りすることがあります。		

あなたは知らぬ間に感染するかも知れません。仲間を感染させないために何をしなければなりませんか？

「新しい生活様式」の実践例

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- ⇒ 人との間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける。
- 遊びにいくなら屋内より屋外を選ぶ。
- ⇒ 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う（手指消毒薬の使用も可）
- ⇒ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。← 参加者名簿
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- ⇒ まめに手洗い・手指消毒 咳エチケットの徹底 こまめに換気
- ⇒ 身体的距離の確保 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- ⇒ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



外出控え 密集回避 密接回避 密閉回避 換気 咳エチケット 手洗い

(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ませ
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- ⇒ 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- ⇒ 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- ⇒ 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務 時差通勤でゆったりと オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン 名刺交換はオンライン 対面での打合せは換気とマスク

- ⇒ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成