

新型コロナウイルス 感染予防対策 場面ごとのポイント

みんなで集まる時は感染リスクが高くなります。予防対策をしっかりと、慎重に行動してください!



(甲府市協働支援センター作成)

あつまる

みんなで集う

【屋内】… (例) 会議、施設内での交流等

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。

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。

例) 広い会場を使う、時間を区切って2部制にする等

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、イスの背もたれ、ドアノブ、電気スイッチ、PC、蛇口、手すりなど)の定期的な消毒をしてください。



④ **大声を出す場合はマイクを使用**

主催者や講師など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。

【屋外】… (例) 世代間交流、美化活動等

① **会場スペースに合わせた参加人数の制限(対人距離が確保できる数)**

屋外においても、原則2m(最低でも1m)の接触しない対人距離を確保するよう、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。

② **大声を出す場合はマイクを使用**

主催者や講師など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。



飲食を伴う

【屋内】… (例) カフェ、無尽会(食事会)等

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。

② **参加人数の制限**

会場の定員(または設置座席数)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。

例) 時間を区切って2部制にする、地区ごとに曜日を分ける等

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、イスの背もたれ、ドアノブ、電気スイッチ、PC、蛇口、手すりなど)の定期的な消毒をしてください。

④ **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。

⑤ **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、調理済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。

⑥ **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、対面にならないような座席配置を工夫してください。

⑦ **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。

⑧ **飲食中は会話を控える**

飲食中は、参加者・スタッフともにできるだけおしゃべりは控えましょう。

【屋外】… (例) 野外でのカフェ等

① **会場スペースに合わせた参加人数の制限(対人距離が確保できる数)**

屋外においても、原則2m(最低でも1m)の接触しない対人距離を確保するよう、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。

(ほか【屋内】③~⑧と同じ)

会話の際にはマスクを着用。「静かなマスク会食」も!



テイクアウト
できます



運動を行う



【屋内】… (例) 体操、スポーツ交流等

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。

② 参加人数の制限

会場の定員(または設置座席数)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。

例) 時間を区切って2部制にする、地区ごとに曜日を分ける等

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、イスの背もたれ、ドアノブ、電気スイッチ、PC、蛇口、手すりなど)の定期的な消毒をしてください。

④ 運動中はマスクを外す

有酸素運動を行う場合、健康に影響が出ないよう、運動中はマスクを外してください。

⑤ 向き合う場合は距離を空ける

運動中はできるだけ向き合わないよう注意し、やむを得ず向き合う場合は2m以上の距離を空けるようにしてください。

⑥ タオルで咳エチケット

運動中はマスクをしていないので、タオル等を持ち、咳やくしゃみの際には咳エチケットを忘れずに!

【屋外】… (例) 体操、ウォーキング、スポーツ交流等

① 会場スペースに合わせた参加人数の制限(対人距離が確保できる数)

屋外においても、原則2m(最低でも1m)の接触しない対人距離を確保するよう、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。

(ほか【屋内】③~⑥と同じ)



ワンポイントアドバイス!

- 公園は空いた時間、場所を選ぶ!
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔をもしく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控えて!
- 応援は、拍手かオンラインで!



訪問する

【屋内】… (例) 見守り、声かけ、家事支援や困りごと支援、傾聴ボランティア等

※可能なものは、できるだけ屋内に入らず玄関先等での対応に代えるようにしましょう。

① 事前に体調をチェック

事前に体調を確認し、熱や症状の訴えがある場合は訪問を控えてください。訪問を受ける人も事前に体調を確認し、熱や症状の訴えがある場合は訪問を断るようにしましょう。

② 手指消毒の徹底

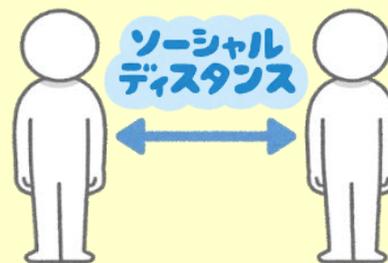
手指消毒の徹底をお願いします。

③ マスクの着用

マスクの着用をお願いします。

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。



⑤ 対面活動は原則15分以内

訪問において、対面する活動については、対人距離の確保はもちろん、原則15分以内に活動を終えるようにしてください。

⑥ 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。

⑦ 1軒ごとに検温と消毒をする

1日に複数軒の訪問をする場合は、1軒ごとに検温と手指消毒を行ってください。

感染予防をしながら活動を行うための安全・安心の目安です。
決して無理しないことを原則に活動していただければ幸いです。

