

# ～住民主体の「通いの場」の 活動をされる方へ～ 「通いの場」感染症対策 チェックポイント



## 1. 感染症基本対策

- 「3つの密(密閉・密集・密接)」を避ける!
- 「マスクの着用」(運動は、無理せず負荷を下げたり休憩を取りましょう)
- 「手洗い」(液体石けんを使って流水で手洗い)
- 「人と人との距離を確保」参加者間は互いに手を伸ばし手が届く範囲以上(できるだけ2 m)空ける
- こまめに換気(30分に1回以上、2方向換気、季節に応じ服装にも配慮)
- 共有物品や頻回に手に触れる場所の消毒(ドアノブ等)
- 参加者の健康観察の徹底(参加日の朝に確認)発熱や風邪症状などある場合は、無理せず休む



## 2. 会場利用時の注意点

- 飲食や食事を伴う場合、対面を避ける
- 活動時間を可能な限り短くする工夫
- 3密を考慮した会場選定(参加人数制限など)
- トイレ休憩や食事は全員一緒ではなく分散
- 参加者同士は対面を避け、活动时マイクを使用し極力大きな声を出さない
- 施設の使用会場以外への出入りは極力避ける 食事中は会話を控える



## 3. 感染拡大(再度の自粛要請)に対する備え

- 少人数集団の「集う」場所の検討
- 自主練習ができるような声掛け(電話やSNSの活用)方法:屋外でのウォーキングや体操などの実施
- 自宅で自分でできる体操などのパンフレットや動画(DVD)などの活用



お問い合わせ

「通いの場」活動に関しては、事業を担当している管轄の地域包括支援センターや市区町村にお問い合わせください。