

安全・安心な大会を一緒につくりましょう。

# 新型コロナウイルス 感染症対策



## 一人ひとりが必ず守る基本行動

### 1 マスクの着用(飛沫感染対策)

- 活動中は常時マスクを着用しましょう。  
※アレルギー等の理由でマスクを着用できない場合は、現場の責任者に相談してください。

- マスクを外す場合

- 屋外:暑さ対策として外す場合は、人と2m以上の距離を確保しましょう。
- 飲食中:「食べる」「飲む」時だけマスクを外し、会話を控えましょう。

- 咳エチケット

- 咳やくしゃみをする場合は、ハンカチ、袖等を使い、鼻口をおさえましょう。
- 周囲の人からなるべく離れるようにしましょう。



### 2 手洗い・手指消毒(接触感染対策)

- 活動中はこまめに手洗いまたは手指消毒しましょう。  
※特に、休憩、食事の前後、マスクを外した後、手袋を外した後、人に接触した後等。
- 指先、指の間、親指は汚れが残りやすいので特に入念に洗いましょう。



### 3 フィジカル・ディスタンスの確保

- 人とコミュニケーションをとる時は、できるだけ2m(最低1m)以上の距離を確保しましょう。
- 可能な限り対面での接触を避けるようにしましょう。

#### こんな時どうする?

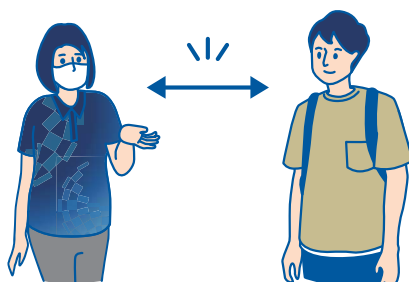
- 列をつくる時

前後の人と最低1m以上の距離を確保するよう周知しましょう。



- マスクをしていない人と会話をする時

十分な距離を確保し、真正面での会話を避けましょう。



- 接触の伴うサポートを行う時

サポートは積極的に行いましょう。そして、お互いを守るために、真正面での会話は避け、サポートの前後に手洗い・消毒を行いましょう。



## 活動場面で特に注意してほしいこと

### 1 休憩・食事

- 休憩・食事の前後は必ず手洗いをしましょう。
- 飲食中は会話を控え、会話をする際にはマスクをしましょう。
- 飲食後は配付する除菌シートで、各自テーブル等を拭き取りましょう。
- 飲食・休憩エリアは密になりやすいので、食事を終えたら、速やかに席を離れましょう。



### 2 観客や仲間とのコミュニケーション

- 握手、ハイタッチは控え、接触を伴わない方法で挨拶をしましょう。



### 3 観客等の手荷物・写真撮影等で携帯電話等に触れる場合

- 使い捨て手袋を着用し、手荷物等に触れた後は都度、使い捨て手袋を除菌しましょう。

## 活動中にみんなでやること

### 1 密集の回避

活動中でも近い距離で人が集まらないように、みんなで心掛けましょう。

### 2 共用品の除菌

パソコン等の共用品、複数のスタッフが手に触れる場所(ドアノブ、手すり、テーブル等)は、できる範囲で定期的に除菌しましょう。

### 3 室内換気

冷房中でも定期的に窓やドアを開けて換気をしましょう。複数の窓やドアを開けると効果的に換気できます。

## 活動前に行うこと

### 1 活動前の行動の注意

- 活動開始日の14日前から活動終了時まで、以下について注意しましょう。

集団での会食

三密空間への出入り

不要不急の外出

外出時のマスク着用

手洗い等の徹底

### 2 体調管理

- 体調管理ノートを用いて、自主管理をしましょう。
- 体調管理ノートのチェック項目に該当した場合、または少しでも体調が悪い時は活動を控えましょう。
- 基礎疾患を有する方や高齢者の方は、健康・体調に十分注意して活動しましょう。
- 日頃からの体調管理、体力づくりが大切です。
  - 毎朝の体温測定
  - 暑さに備え、無理のない範囲で適度に運動(やや暑い環境・ややきつい強度で毎日30分程度)
  - 免疫力を下げない行動(バランスの良い食事、十分な睡眠、適度な運動)



## よくある質問

**Q1** 他にも何か感染症対策を予定していますか。(ワクチンやPCR検査等)

**A1** 今回記したのは、現時点で想定している対策内容で、今後、更に検討を行い、改めてお知らせします。また、役割や会場によって追加の対策も行う予定です。

**Q2** 感染症対策の一環としてボランティアに事前に配付される物がありますか。

**A2** 携帯用アルコール消毒液、体調管理ノートについては全員への配付を予定しています。その他、役割に応じて配布される物もあります。

**Q3** 新型コロナウイルス感染症の影響でボランティア活動できるかどうか不安なのですが。

**A3** A1の回答のとおり、今後必要な対策について、更に検討するとともに、オンラインでの研修など工夫を図ってまいります。また、辞退することはいつでも可能ですが、活動を行うことが難しいと判断した場合は、なるべく早めに手続きを行っていただくをお願いします。