



# 新型コロナウイルス 感染予防対策ガイドライン

法政大学YOSAKOIソーランサークル鳳遙恋

---

# 目次

---

はじめに.....	P3
飛沫感染の予防.....	P4
接触感染の防止.....	P5,P6
練習開始前の対策.....	P7,P8
その他の対策.....	P9
メンバーで感染が疑われる事態が起きた場合.....	P10~P12
実際の活動例.....	P13
参考資料.....	P14

# はじめに

---

- ・新型コロナウイルス感染症（COVID-19）における感染者数の推移をみると、7月末から8月頭のピークは過ぎたように思えたが、未だ200人を超える日もあり収縮したとは言えない状況である。新型コロナウイルス感染予防対策の徹底として当チームはガイドラインを作成し、「withコロナ時代」としてウイルスとしっかり向き合って活動していきたい。
- ・新型コロナウイルス感染症対策本部の資料によると、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の一般的な状況における感染経路としては、飛沫感染、接触感染であり空気感染はないとされる。本ガイドラインは、飛沫感染対策と接触防止対策、またチーム内で感染者が出たときの対応を主として作成される。

# 飛沫感染の予防

---

- 1、正規練習は、オンライン又は屋外施設での練習を基本とする。屋外で対面の練習の場合は密になるのを防ぐため場所と人を分散させて練習を行う
- 2、全体会議やよさこい祭り前などの全体練習、チーム内イベント等でやむなく屋内施設を利用する場合
  - ・施設利用人数が施設の収容定員数の半分以下になるようにするなど活動人数に制限をかける
  - ・30分に一度、数分程度の換気を行いなるべく窓やドアを開けておく
- 3、活動中はマスクの着用をする。しかし熱中症対策を考え最低マウスシールドの着用を義務化する
  - ・マスクは隙間から飛沫が漏れないよう各自適切なサイズのものを利用する
  - ・鼻をマスクから出したり、マスクを顎までさげてはいけない
  - ・マスクは一日ごとに洗い、清潔に保つこと
- 4、練習中は2m以上、最低1mの身体的距離を確保する。また前の人の呼気の影響をさけるために対面で座らないようにし席に座る際は席を2席分開けて座るようにする

# 接触感染の防止①

---

## 1、ペットボトルや水筒の回し飲みを禁止する

- ・飲料物を手にする前にアルコール消毒などをするよう呼び掛ける
- ・スポーツドリンク等の飲料については使い捨ての紙コップやペットボトル・瓶・カンで提供すること

## 2、手洗い場や洗面所(トイレ)等での感染予防の徹底

- ・トイレの蓋を閉めて汚物を流すように徹底すること
- ・手洗い後のハンカチやタオルなどの使い回しを禁止し、ペーパータオル(使い捨て)を用意する
- ・複数の参加者が触れると考えられる場所(ドアノブや、水洗トイレのレバー等)についてはこまめに消毒すること

## 3、集合時・飲食の前後・トイレの後等、定期的に手指を消毒する(消毒液はアルコール60%以上のものを利用する)

# 接触感染の防止②

---

4、手で顔を触らない

5、円陣や扇子の受け渡し振りなどで接触が起きる場合、すぐに手指の消毒を行う

6、旗やマイク、スピーカーなど複数人が触れる道具は、なるべく触れる人数を少なくし個人が利用するたびに消毒を行う

# 練習開始前の対策①

---

1、練習日の外出前に以下の事項に該当する箇所が一つでもある場合は練習への参加を控える

- ・平熱を超える発熱
- ・咳(せき)、のどの痛みなど風邪の症状
- ・だるさ(倦怠(けんたい)感)、息苦しさ(呼吸困難)
- ・嗅覚や味覚の異常
- ・体が重く感じる、疲れやすい等
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

2、毎練習時に、参加者の名簿を作成し体温・体調のチェック・記録をする

# 練習開始前の対策②

---

- 3、所属員全員がCOCOA(新型コロナウイルス接触確認アプリ)をインストールし外出中起動させておき、練習開始前に陽性者との接触を確認する
- 4、マスク又はマウスシールドは家から外出する際から着用する。マウスシールド又はマウスシールドを着用していないとサークル活動に参加することはできない



# その他の対策

---

- 1、更衣室、休憩、待機スペースではゆとりをもたせ参加者同士が密になるのを防ぐ
  - ・室内又はスペース内で複数人が触れるとする場所(ドアノブ、ロッカーの取手、テーブル、椅子等)についてはこまめに消毒をする
  - ・換気扇は常に回し、換気用の小窓を開ける等、換気に配慮する
- 2、集合時、場所や時間を分け密集することがないようにする
- 3、打ち上げなど練習前後による大人数の飲食交流は控える
- 4、所属員が日頃より感染症防止対策の重要性を理解し、感染防止に努める

# メンバーで感染が疑われる事態が起きた場合①

---

1、鳳遙恋に関わる全ての活動を二週間停止とする

2、下記のように感染が疑われる当人は、すぐに保健所に連絡する

- ・息苦しさ(呼吸困難)、強いだるさ(倦怠感)、高熱等の強い症状、味覚障害のいずれかがある場合
- ・重症化する可能性がある人(※)で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合

(※)糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD 等)等の基礎疾患や透析を受けている、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている)

【上記以外の方で、発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合】

- ・症状が4日以上続く場合
- ・自分で症状が強いと感じる場合や、解熱剤などを飲み続けなければ症状が改善しない場合

# メンバーで感染が疑われる事態が起きた場合②

---

## 3、感染が確定した場合

- ・保健所の指示(法的入院、就業制限等)に従うとともに、早急にチームの代表に連絡する。また代表は大学へ早急に連絡し指示を仰ぐ(指定医療機関で治療するまで入院となる。ただし、軽症の場合は指定宿泊施設もしくは自宅での療養が指示され、保健所が健康観察を実施する場合がある)
- ・診断が確定に至らないが、疑似症状と診断された場合は、保健所の指示に従う。この場合も大至急代表に連絡をする

## 4、職場で濃厚接触者と決定した場合や、自分が行った場所で感染者が出たことがわかった場合など】

- ・報道等でわかった場合は、直ちに代表に連絡するとともに、他者との接触を避ける
- ・保健所へ連絡し、保健所からの指示事項を代表に伝える。判明した日から、14日間の自宅待機となる
- ・体温測定を毎日実施し、体調とともに記録する

# メンバーで感染が疑われる事態が起きた場合③

## 5、感染後の復帰の目安

- ・原則として、国が定める基準(PCR 検査による陰性確認)を満たした後に退院となる
- ・軽症者で、指定宿泊施設もしくは自宅での療養となった場合も、これに準じた取り扱いとなり、保健所の判断によって療養が終わり、就業制限が解除される

(参考) 日本産業衛生学会による「感染した従業員の職場復帰の目安」次の 1) および 2) の両方の条件を満たすこと

1) 発症後に少なくとも 14 日が経過している

2) 薬剤を服用していない状態で、解熱後および症状消失後に少なくとも3日が経過している

入院していた者については、退院時に主治医からの指示を参考にすること。職場復帰に際しては、原則 1 週間の在宅勤務を経てから出社することが望ましい。在宅勤務が困難な場合は、復帰後1週間は、毎日の健康観察、マスクの着用、他人との距離を 2m程度に保つ、不要不急の外出は避けるなどの感染予防対策を行い、体調不良を認める際には出社はしないこと。

# 実際の活動例

---

○チーム内で無観客、ホールでの演舞、全体会議

利用施設—小平市民文化会館「ルネ小平」中ホール

主な感染症対策

- ・演舞をみる所属員は客席を2席以上開けての着席（観客席数401席）
- ・演舞する人数を約30人に制限をかける
- ・演舞中は全員マウスシールドの着用
- ・入館時、ガイドラインのつとった検温・COCOAによる接触確認、アルコール消毒
- ・演舞中できるだけ距離をとる
- ・こまめな座席の消毒、ドアを開けた喚起



# 参考資料

---

- ・社会体育施設の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン(令和2年5月 14 日スポーツ庁作成・令和2年5月 25 日改訂) [https://www.mext.go.jp/sports/content/20200514-spt\\_sseisaku01-000007106\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/content/20200514-spt_sseisaku01-000007106_1.pdf)
- ・新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針(令和2年3月 28 日(令和2年 5月 25 日変更)・新型コロナウイルス感染症対策本部決定) <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000633501.pdf>
- ・移行期間における都道府県の対応について(令和2年5月 25 日付け内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室長事務連絡) [https://corona.go.jp/news/pdf/ikoukikan\\_taiou\\_0525.pdf](https://corona.go.jp/news/pdf/ikoukikan_taiou_0525.pdf)
- ・新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」を公表しました(厚生労働省 ホームページ) [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_newlifestyle.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html)
- ・スポーツ活動再開時の新型コロナウイルス感染症対策と熱中症予防について(公益 財団法人日本スポーツ協会) <https://www.japan-sports.or.jp/news/tabid92.html?itemid=4164>
- ・TOKYO総おどり新型コロナウイルス感染対策ガイドライン [https://drive.google.com/file/d/1oq5gtfSSEhSIVNAQ\\_4ILu09LJdqgonq2/view](https://drive.google.com/file/d/1oq5gtfSSEhSIVNAQ_4ILu09LJdqgonq2/view)