

新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン

2020年6月23日

2020年10月22日更新

1. はじめに

2020年5月25日に、政府より緊急事態宣言の解除が発表されましたが、新型コロナウイルス感染症への感染リスクがなくなったわけではなく、私たちの行動次第では、感染拡大が懸念されます。当協会も活動を「新しい生活様式」を前提としたものにしていく必要があると認識しています。

そこで各地域で活動を実施していく際の感染拡大予防のための留意点について、政府等の情報を参考にガイドラインとしてまとめました。各地域では、本ガイドラインに沿って活動を展開していただくようお願いします。

ただし、今後の状況により、政府はもとより活動地域の自治体から新たな自粛要請等が出た場合は、この要請に応えることとします。

尚、本ガイドラインは、現段階で得られている知見等に基づき作成しており、今後の知見の集積及び各地域の感染状況を踏まえて、アップデートをしていく予定です。

2. 活動実施の可否について

- 会議体は、できる限り LINE 通話や Zoom 等のツールを使ってオンラインで行ってください。
- クラブの活動に関しては、大学のサークル(登録団体)として活動する場合は、大学の課外活動に関する指針を順守してください。
- 法人の事業に関しては、活動場所の自治体が出しているガイドラインに従って、実施可否・規模・期間等に関係者と調整しその都度決定していきます。
※法人の事業に参加する場合は、あくまで個人の責任と判断で決定してください。
- 事務所の利用に関しては、これまで通り役員掲示板の「事務所予約スレ」と「予約システム (RESERVA)」で予約を行い、事前に事務局員に連絡してください。

【事務所利用時注意事項】

- ・利用する前には必ず「事務所予約スレ」と「予約システム」等で利用人数を確認し、収容人数を超えないようにしてください。
- ・また利用する際は、入室時と退室時にそれぞれ「大学」「名前」「入室時間・退室時間」を事務所にある受付表に記入してください。
- 宿泊を伴うイベント開催については、当面の間は下記のいずれかの会議で承認されたものに限り実施を認めます。
 - ・事務局会議
 - ・経営戦略会議

- ・本部役員会

【実施可否を検討する際のポイント】

- ・宿泊をする必要性の有無(日帰りやオンラインに代替できないか)
- ・カウンターパートをはじめとする関係者との合意が得られる
- ・宿泊室が同室になる者が概ね5名以下にできる
 - ※間仕切りなどが無い大部屋(体育館、大広間、会議室など)で大人数が雑魚寝をするのは避ける
 - ※活動期間中、同乗者や宿泊施設で同室になる者以外とは、濃厚接触にあたる接触は避ける

3. 各種活動実施時のチェックリスト

感染拡大予防のため、(1)共通事項、(2)移動時、(3)屋内イベント、(4)屋外イベント、(5)飲食、(6)宿泊、(7)運営者向けにわけ、チェックリストを作成しました。記載事項を順守し、活動に取り組んでください。

(1)共通事項

- 新型コロナウイルス接触確認アプリ COCOA を活用する。
 - ※アプリをインストールしたうえで、端末の Bluetooth を ON にすることで、陽性者と15分以上・1メートル以内で接触した場合に通知がされる厚労省のアプリです。詳しくは：https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html
- 直近2週間で、同居している家族や身近な知人に陽性者や感染が疑われる方がいない。
- 直近2週間で、集団感染が発生した場所や同様の場所に滞在していない。
- 風邪のような症状をはじめとする体調不良はない。
 - ※咳やのどの痛み
 - ※息苦しさ
 - ※倦怠感(心身のだるさ、疲れ)
 - ※嗅覚や味覚の異常
- 平熱である(外出する前に検温する)。
- 外出する際、可能なら携帯用の消毒液を持参し、適時使用する。
- 他者との握手など物理的な接触を避ける。
- 三密を避ける(密集、密閉、密接)。
- 行動ごとに小まめに手洗いする。
- 帰宅後は早めに手洗いや入浴し、極力自宅にウイルスを持ち込まないようにする。

(2)移動時

- 公共交通機関を使用する際は、できる限りオフピーク帯に移動する(混雑する時間帯を

避ける)。

- 各公共交通機関のガイドライン（アナウンス）を順守する。
- 移動時は常にマスクを着用する。
- 集団で移動する際は、必要なこと以外の会話は行わないようにする。
- 移動手段ごとに下記の点に注意して行動する。

《貸切バス》

- 乗車時及び、再乗車時における手指の消毒をする。
- 乗降車時、必要に応じて通路に立ち列ができないよう順次の乗車・離席をする(一定の距離を保てるようにする)。
- 一定の距離を確保した状態で着席し、窓を開けて行う換気は乗務員の指示に従う。
- 原則車内での会話は控える。

《電車・路線バス》

- 一般の方の乗車状況にもよるが、大人数の参加者が同一車両に乗り込むことで明らかな密集・密接の環境を作らないようにする。

《レンタサイクル》

- レンタルする際、自転車の受け取り待機で列を作る場合は、前後最低 1m の間隔をあける。

《レンタカー》

- 乗用車やトラックの場合、基本的に同乗者との濃厚接触は避けられないことため、そのことを前提に、乗車メンバー・乗車人数を決める。
- 乗車時及び、再乗車時における手指の消毒をする。
- できる限り頻繁に窓を開け、換気に努める。
- 原則、乗車メンバーと乗車位置を固定する。
※長時間の運転などのために運転手を交代することは可

(3)屋内イベント

- 直前に利用している人が全員退室・退館したことを確認してから入室するようにする。
- 行動ごとに小まめに手洗いをすることを心がける(30秒以上かけて丁寧に)。
- 手を拭く際は、ペーパータオルや自分のハンカチを使用する。
※ハンドドライヤーや、共用タオルは使用しない
- 手洗いができない場合は、手指消毒をする(消毒液は十分な量を使用する)。
- 常時マスクかフェイスシールドを着用する。

- もしマスクを外す場合は、机の上などに直に置かない。
※マスクにウイルスがついている可能性があるため、外す場合は密閉できる袋等に入れる
- 可能なら常時窓を開放し、風の出入り口をつくる。
- 換気扇がある場合は換気扇も使用する。
- 窓の開放や、換気扇を使用しても風の流れがなく部屋全体が換気されない場合は、扇風機等を設置して、強制的に換気できるようにする。
- エアコンを使用する場合でも、30分に1回5分程度の換気をする。
- 人との距離を最低1メートル、できれば2メートル確保する。
- 発声する際に、できるだけ対面にならないよう、距離を確保したり、対角や横並びに着席する。
- 事前に出席者がわかる場合は、座席表を作成し着席できる席を固定しておく。
- 人との間隔を1m確保できない場合は、マスクの他にフェイスシールドやゴーグル等を着用する。
- 会議等を含む各種屋内活動は適切な時間で終われるように時間調整を行う（オンラインで代用できるものは代用し、オフラインでの時間をできる限り短くする）。
- 退出する際に、手洗い・手指消毒をする。

(4)屋外イベント

- 行動ごとに小まめに手洗いをするを心がける(30秒以上かけて丁寧に)。
※会場に手を洗う場所がないときは、活動前後に最寄り駅などで洗うか、持参した消毒液を使用する。
- 手を拭く際は、ペーパータオルや自分のハンカチを使用する
※ハンドドライヤーや、共用タオルは使用しない
- 基本的には常時マスクかフェイスシールドを着用する
※熱中症予防の観点から、他者との距離を十分に確保(2メートル以上)することができることを前提に、関係者と合意の上であれば、マスク等を着用せずに活動することも可とする。この時、大きな声は出してはならない。
- もしマスクを外す場合は、机の上などに直に置いたり、直接リュックなどにしまったりしない。
※マスクにウイルスがついている可能性があるため、外す場合は密閉できる袋等に入れる
- 人との距離を最低1メートル、できれば2メートルとる
- 休憩をする際は、三密になる室内での休憩は避ける。
※熱中症予防や寒さ対策の観点から、室内であっても三密が避けられる場合は室内での休憩を可とする。

(5) 飲食

- 三密になる環境での飲食は避ける
- 大人数での会食は避ける
- 食べ物を口にする前には、丁寧に手洗いをし、手指消毒を行う
- マスクを外す際は、マスク表面を触らないようにし、耳紐の部分のみに触れて外す
- 外したマスクは机など直に置かず、密閉できる袋に入れる
- 飲食中の会話は極力控える(会話は小声で)
- 飛沫防止の衝立などが無い場合は対面にならないようにする
- 飲食が済んだら速やかにマスクを着用する
- 弁当等を配布する場合は、各自に取りに来てもらうか、配布する人を限定する
- 食事を配膳する場合は、配膳する人を限定する
 - ※ビュッフェ形式のように誰でも配膳器具に触れられる状況は避ける
- 配布・配膳する人は直前に新しいマスクに交換し、手洗い・手指消毒を念入りに行う
- 自炊する場合は調理する人を限定する
- 調理時は、食中毒予防の観点からも手指・調理器具・調理場などをこまめに洗浄・消毒をすることをはじめ衛生管理を徹底する

(6) 宿泊

- 【3. 各種活動実施時のチェックリスト】の各項目を順守する。
- 宿泊施設のガイドラインを順守する。
- 飲食をする際やミーティングをする際も、極力短い時間とし、三密を避け、お互いの距離を最低1メートルは確保する。
- 大浴場や食堂などを利用する際は、利用時間を分散するなどし、三密を避ける。
- 食事をする際や、入浴時以外はできる限りマスクを着用する。

(7) 運営者向け

- ① オフラインで実施するかどうか、下記のポイントについて検討する。
 - オンラインツールで代替できるものはオンラインで行う。
 - オフライン(対面)で行う必要性について、関係者と合意をとる。
 - 各自治体・各業界団体・各企業等のガイドラインを順守する。
 - 参加者に各所属大学や居住地域のガイドラインや上記チェックリストを徹底させる

 - ② オフラインで実施する場合
- 《事前の準備》
- 必要に応じて石鹸、消毒液、予備のマスク、フェイスシールド(フェイスガード)を用意

する。

□配布物は極力減らす。

□平熱を把握していない人は、普段から体温を測り平熱を把握しておく。

□屋内・屋外の活動や会議に関わらず、参加者には当日「健康確認チェックシート」を記入してもらい、代表者に提出してもらうため、記入用紙やグーグルフォームの準備を行う。(google フォームでの集計も可)

※健康確認チェックシートの提出がない場合や、体調不良や発熱がある場合は、参加を認めない。

《当日》

□外部の施設等を使用する際は、当該施設のガイドラインを順守する。

□三密を回避する（密集、密閉、密接）。

- ・自治体や施設等のイベント等開催人数や定員を順守する
- ・屋内イベント(会議等含む)の場合は、換気できる場所で行う
- ・人と人との距離を最低1メートル、できれば2メートル確保する

□自宅を出る前に、発熱や風邪の症状、倦怠感、咳、咽頭痛などの普段と異なる体調の変化を感じた時は、参加を見合わせるよう参加者に周知する。

□集合時に検温を行い、発熱や風邪の症状、倦怠感、咳、咽頭痛がある場合は参加を認めない。

□外部の施設を含め参加者が利用する場所（ドアノブ・電気のスイッチ・椅子・机など）は、使用する前後に次亜塩素酸ナトリウム液(濃度0.05%)を含ませたタオル等で拭き掃除(消毒)をする。

□感染者が出た際に、濃厚接触者や消毒の対象となる場所を特定できるようにするために、下記のポイントを記録する（普段プロジェクトで行っている時系列の記録や、広報による写真撮影などをベースにして、より詳細に記録）

【対象】

- ・クラブ会
- ・クラブ運営会議
- ・クラブ事業
- ・IVUSA 本部の各部署の会議（運営本部会議・人材養成本部会議・事業本部会議など）
- ・本部役員会
- ・経営戦略会議
- ・プロジェクトの準備に関わる、職員やプロジェクト幹部が主催する会議（想定会議・カウンターパートとの調整など）
- ・プロジェクト等本部主催事業
- ・研修

※上記を除く活動や会議などについても記録することを推奨

【ポイント】

- ・活動中の行動履歴を記録する(時系列：いつからいつまで、どこに、誰が滞在したか)
 - ※これまで時系列の記録をしていない少人数の活動であっても行動履歴を必ずとる
 - ※参加者の多い活動では、小隊（5名前後）での行動を基本とし、他の小隊(参加者)との濃厚接触がないようにする。
 - ※全体の動きと別の動きをする場合も忘れずに行動記録をとる（ドライバーの移動や、トイレの移動など）
 - ※トイレや食事、休憩などは、移動範囲が広域(特定できない範囲)にならないようにするために、行動範囲をある程度制限する。(例えば、クラブ会のトイレ休憩時、使用するトイレの場所を特定の階・場所に限定するなど)

- ・参集者を記録する(会員以外も記録し、所属や人数だけでなく名前も記録)
 - × IVUSA 3名
 - IVUSA 3名(A大学 田中太郎、B大学 鈴木一郎、C大学 中村次郎)
 - ※途中から参加・退席した者は、その時間も記録する

- ・会議や屋内イベントでは、席次を記録する(写真でも可)
 - ※参加人数が多くなる場合、できる限り人の移動が起こらないようにするため事前に席次を決め、基本的には移動しない。
 - ※具体的にどのくらい距離が保たれているかわかるように、写真を撮る際は距離の目安がわかるように撮影する。(席次が決まっているときは、開会前にメジャーなどを映して撮る、着座している際は参集者に手を広げてもらい撮るなど)
 - ※誰がどこに座っているか特定できるようにするため、写真は多めに撮影し、顔と名前が一致するようにする。
 - ※対象となる活動や会議で使用する LINE グループに事務局員を追加するか、クラブマネージャー、または代表者が事務局員に下記の情報をイベント当日中に報告する。
 - ・イベント名
 - ・実施日
 - ・時間
 - ・参集者の記録（ポイントに記載している内容）
 - ・行動履歴（ポイントに記載している内容）
 - ・席次（ポイントに記載している内容）
 - ・健康確認チェックシートの結果（google フォームを使用する際は、その URL を記載）

- 屋内・屋外に関わらず、作業で使用した道具は必ず消毒を行う。(消毒は 4.(3)ドアノブやスイッチの消毒と同様の対応)
- 参加費を集める際は、参加者に協力を求めお釣りがでないよう事前にアナウンスをするか、受け取る側が手袋をして集金後に手袋を破棄するなど、接触回数を極力減らすようにする。

4. 手洗いと消毒

(1)手洗い

以下の手順で、石鹼で 15 秒、流水で 10 秒かけて、洗う。
2 回繰り返すことでさらに効果がある。

- ①流水で良く手を濡らす。
- ②石鹼をつけ、手のひらでよくこする。
- ③手をひらと手の甲を重ね、伸ばすようにこする。
- ④指先・詰めの間を念入りにこする。
- ⑤指の間を洗う。(付け根もしっかりと)
- ⑥親指をねじり洗いする。
- ⑦手首も洗う。
- ⑧しっかりと流水で洗い流す。
- ⑨自分のハンカチかペーパータオルで良くふき取る。
- ⑩できれば①～⑨をもう一度行う

参考：厚労省資料 <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593494.pdf>

(2)手指のアルコール消毒

手指のアルコール消毒をする際に必要な消毒液の量は 3ml 程度と言われている。
目安として、ポンプ式の場合は、1 回しっかりと押し込んで出た量が 3ml 程度。
または、15 秒以内に乾かない程度の量が必要。
消毒液を手につけた後は、指先からすりこみ、その後手洗いと同様の手順でまんべんなく消毒液をすりこむ。

参考：厚労省資料 <https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000334134.pdf>

(3)ドアノブやスイッチなどの消毒

ドアノブや電気のスイッチ、机やいすなどの消毒には、次亜塩素酸ナトリウム液を含ませたタオル等で拭き取ることで消毒ができる。
会議や活動等で使用する場所(事務所等)は、使用前後に消毒する。

タオルやふきんをこの液に浸し、軽く絞って拭く。

【0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方(例)】

●花王

- ・ハイター 水 1 L に本商品 25mL (商品付属のキャップ 1 杯)
- ・キッチンハイター 水 1 L に本商品 25mL (商品付属のキャップ 1 杯)

●カネヨ石鹼

- ・カネヨブリーチ 水 1 L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
- ・カネヨキッチンブリーチ 水 1 L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)

●ミツエイ

- ・ブリーチ 水 1 L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)
- ・キッチンブリーチ 水 1 L に本商品 10mL (商品付属のキャップ 1/2 杯)

参考：厚労省資料 <https://www.mhlw.go.jp/content/000617981.pdf>