

新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン

特定非営利活動法人国際ボランティア学生協会 (IVUSA)

2020年6月23日

2020年10月21日更新

2021年5月17日更新

2021年9月10日更新

2022年2月24日更新

2022年5月25日更新

【目次】

1. はじめに
2. 活動実施の可否について
 - (1)会議・会合について
 - (2)クラブの活動等について
 - (3)法人の活動等について
 - (4)事務所の利用について
 - (5)宿泊を伴う活動等について
3. 各種活動実施時のチェックリスト
 - (1)共通事項
 - (2)移動時
 - (3)屋内イベント
 - (4)屋外イベント
 - (5)宿泊
 - (6)運営者向け
4. 手洗い・うがい・消毒について
5. マスクについて

1. はじめに

活動等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。活動を実施する際は、本ガイドラインや自治体・政府が発表している情報、大学や利用施設のガイドライン等に沿って活動等を展開していただくようお願いします。

2. 活動実施の可否について

前提として、感染状況にかかわらず、カウンターパート(活動受入先)と実施について合意のうえで、活動等を実施してください。また、手洗い・うがい・マスク着用・フィジカルディスタンスの確保・換気等、基本的な感染症対策を徹底してください。

緊急事態宣言発令地域での活動は、カウンターパートとの合意が得られれば、原則実施を認めますが、以下の条件を順守して活動を実施します。

- (1)宿泊を伴う活動は実施不可(日帰りの活動は実施可)
- (2)人数：活動場所・会場の広さや活動内容などを考慮し、適正な人数で実施(30名以下を目安)

(3)都道府県をまたぐ移動：参加者は居住者のみ、運営に関わるスタッフは都道府県をまたぐ移動を認める
※クラブ事業については感染対策が適切に行われているか確認するため、クラブの事業責任者等と事務局員の
面談を実施します。詳細は会員ページ内の役員掲示板をご確認ください。

※緊急事態宣言やまん延防止等重点措置の適用有無にかかわらず、状況に応じて(急激な感染拡大や新たな感
染力が強い変異株が発生した場合等)、経営戦略会議にて対面での活動の中止を決定することがあります。

(1)会議・会合について

できる限り LINE 通話や Zoom 等のオンラインツールを使って、オンラインで開催してください。

対面で開催した方がよいことについては、カウンターパート(活動受入先)とその必要性について合意を得たう
えで、必要な感染症対策をして開催してください。

(2)クラブの活動等について

大学の部活・サークル・愛好会等(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。

IVUSA のクラブとして活動する場合も、大学の課外活動に関する指針を参考にし、本ガイドラインを順守し
てください。

実施に関して判断に迷う場合は、事務局員に相談してください。

(3)法人の活動等について

活動先の自治体が出している方針に従って、実施可否・規模・期間等をカウンターパート(活動受入先)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。

(4)事務所の利用について

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。

①事務所管理担当事務局員

宮坂事務所：三浦慎爾

高槻事務所：深山恭介

※連絡先は役員掲示板を確認ください。

②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、定員を超えないよう
にしてください。(宮坂1階：6人まで、高槻窓側教室：6人まで)
- ・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。

(5) 宿泊を伴う活動等について

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。

① 会議体

- ・ 事務局会議
- ・ 経営戦略会議
- ・ 本部役員会

② 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カウンターパート(活動受入先)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

※大部屋の場合、施設のガイドライン等に従い、フィジカルディスタンスを確保する

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)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、活動等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)

屋内では常時マスクを着用する(飲食時は黙食を徹底し、会話する際はマスクを着用する)

可能なら携帯用の消毒液を持参し、適時使用する

3密を避ける(密集、密閉、密接)

行動ごとに小まめに手洗い・手指消毒をする

帰宅後は早めにうがい・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

- 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

①貸切バス

- 原則車内での会話はしない(必要なことは筆談か小声で)
- 連絡事項等はマイクを使い、大声を出さないようにする
- 車内の換気は乗務員の指示に従う
- 乗車時及び、再乗車時は手指消毒をする
- 乗降車時、密にならないように、一定の距離を保ちながら乗降車する
- 乗車定員はバス会社のガイドライン等を順守する(ただし補助席は使用しない)
- あらかじめ座席表を作成し、着席位置を固定する
 - ※新型コロナ陽性者がいた場合、濃厚接触者を特定するために誰がどこに座っていたか明確にする必要がある

②公共交通機関(主に電車・バス)

- 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)
- 原則車内での会話はしない(必要なことは筆談か小声で)
- 大人数で電車に乗る場合、乗車する車両を分散する

③レンタカー・乗用車

- レンタカーや乗用車の場合、同乗者との濃厚接触は避けられないため、そのことを前提に、乗車メンバー・乗車人数を決める(必要最小限にする)
- 乗車時及び、再乗車時は手指消毒をする
- エアコンは外気導入にし、風量を“中”以上にする
 - ※一般道走行時に少し窓を開けている程度ではあまり換気がされない
- 原則、乗車メンバーと座席位置を固定する
 - ※長時間の運転などのために運転手を交代することは可

④レンタサイクル

- 自転車の受取・返却の際は、密にならないようにする

(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
- 常時マスクを着用する
- 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
- 窓や換気扇がない場合は、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、できるだけ向かい合わないように、距離を確保し、対角や横並びに着席する

事前に参加者がわかる場合は、座席表を作成し着席できる席を固定しておく

※新型コロナ陽性者がいた場合、濃厚接触者を特定するために誰がどこに座っていたか明確にする必要がある

※座席表ではなく写真でも可

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、スイッチやドアノブ、使用した机やイスなどを消毒する

(4)屋外イベント

基本的には常時マスクを着用する

※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、カウンターパート(活動受入先)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

人との距離を最低1メートル、できれば2メートルとれるように人員配置を工夫する

屋内で休憩をする際は、屋内イベントのチェックリストを順守する

(5)宿泊

宿泊施設のガイドライン等を順守する

公民館やテント泊等の際は、3密にならないように部屋(テント)ごとの定員を設定する

部屋割りの名簿を作成する

自室以外の部屋にみだりに出入りしない

飲食をする際は黙食を徹底する

ミーティングを行う際は、屋内イベントのチェックリストを順守する

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、3密を避ける

※特に他団体がいる場合はできる限り接触しないよう施設管理者と調整する

食事をとる際や、入浴時以外はできる限りマスクを着用する

体調不良者が発生した場合の個室を確保できるように調整する

連泊する場合はドアノブやスイッチ等よく触るところは毎日消毒する

チェックアウト時は清掃とともにドアノブ・スイッチ・机・イスなどを消毒する

原則 PCR 検査を必須とする

※自宅で検査ができる検査キットが3,000円程度であります

※PCR検査はできるだけ活動直前に行う

※検査結果(結果通知のメール等)を責任者(本部事業なら担当事務局)に報告する

※陽性だった場合、検査機関や保健所に相談し、指示に従う

(6)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、カウンターパート(活動受入先)と合意をとる

各自治体・企業・施設等のガイドライン等を順守する

□参加者に上記チェックリスト等感染対策を徹底させる

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

□3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か、換気できる器材を用意する

※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(オフラインのもの)

・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

・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)

・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）

【その他】

□活動等で使用した装備を、数日以内に他の活動等で使用する場合は、使用した装備も消毒する

□参加費を当日集金する際は、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

4. 手洗いと消毒について

(1)手洗い

以下の手順で、石鹸で 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石鹸をつけ、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・爪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>

※手洗いができる場所では、うがいも行う

(2) うがい

手洗いをした際に、一緒にうがいも行う。

(3) 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、手に揉み込んだ後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>

(4) 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によって消毒ができる。

会議や活動等で使用する場所や道具は、使用前後に消毒する。

拭く際は、一方方向のみで拭き、往復拭きはしない。

【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1L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1L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1L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1L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1L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1L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>

※スマートフォンは移動中・外出先・自宅など、様々な環境で使用するため、手洗いや消毒同様、小まめにア

ルコール綿などで清拭する。

5. マスクについて

不織布マスク、布マスク、ウレタンマスクなど、様々な素材でできたマスクが販売されていますが、ウイルス飛沫を飛ばさない・吸い込まない効果が最も高いのは不織布マスクです。ウレタン製のマスクは感染予防にはほとんど効果がないとされています。

不織布マスクを着用できない理由がない方は、特に屋内・車内では不織布マスクを着用しましょう。また、屋外などで比較的換気が良く、人との距離が十分確保できる場合でも、熱中症等に留意しながら極力不織布マスクを着用しましょう。

なお、不織布マスクは、VFE(Viral Filtration Efficiency・ウイルスろ過効率)、PEF(Particle Filtration Efficiency・微粒子ろ過効率)、BFE(Bacterial Filtration Efficiency・バクテリア(細菌)ろ過効率)といった飛沫捕集性能の基準があります。特にVFEとPFEが小さな飛沫を捕集できるため、商品パッケージに「VFE99%」「PFE99%」といった記載があるものを選ぶようにしましょう。

※不織布マスクの着用を義務付ける意図はありません。

また、マスクは隙間なく着用することでその効果が得られます。ノーズフィッター(鼻部分のワイヤー)を「W字折り」し、顎下まで覆い、隙間なく着用しましょう。

V字折り



W字折り

