

# 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

## 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、感染拡大の第二波の発生が懸念されます。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。事務所の会議使用に関しては、少人数のもの（5人程度）に限って許可します。

●クラブの活動に関しては、大学が出している課外活動・サークル活動に関する方針に従ってください。

●IVUSA 全体で行うプロジェクトに関しては、活動場所の自治体が出しているガイドラインに従って、実施の有無・規模・期間等をその都度決定していきます。

## 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](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)
- 移動時は常にマスクを着用する

## (3)屋内イベント

- 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する
- 換気扇がある場合は換気扇も使用する
- エアコンを使用する場合は、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メートルとる
- できるだけ対面で着席しないよう、対角や横並びになるようにする
- 会議等を含む各種屋内活動は概ね2時間までとする
- 退出する際に、手洗い・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、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
- 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)
- 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

#### (5)運営者向け

- 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、関係者と合意がとれている
- 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
- 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
- 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
- 外部の施設以外(事務所等)は、使用前後にドアノブ・電気のスイッチ・椅子・机など、よく触れる場所を次亜塩素酸ナトリウム液(濃度0.05%)で消毒する
- 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)
- 参集者を記録する(会員以外も記録する)
- 会議や屋内イベントでは、席次を記録する(写真でも可)

## 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手の重ね、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親指をねじり新井する
- ⑦手首も洗う
- ⑧しっかりと流水で洗い流す
- ⑨自分のハンカチや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、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で拭くことで消毒ができる

会議や活動等で使用した場所(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 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>