

長支第281号
令和2年6月4日

住民主体の通いの場代表者
認知症カフェ代表者
地域支えあいボランティア活動団体代表者 各位

山形市長 佐藤孝弘
(公印省略)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に伴う
地域での活動の自粛の緩和について（お知らせ）

日頃より、山形市の福祉行政につきましては、ご理解とご協力を賜り感謝申し上げます。

さて、新型コロナウイルス感染症拡大防止に向け、令和2年4月30日付長支第143号にてみだしの活動の当面の間の自粛をお知らせしておりますが、山形県内における新型コロナウイルス感染症の発生状況や、5月25日に全国で緊急事態宣言が解除されたこと等を踏まえ、**6月10日（水）よりその取扱いを緩和することといたします。**

しかしながら、今後も感染拡大のリスクが存在するため、国より示された「新しい生活様式」（別添1）を定着させ、日常生活と感染防止を両立させる必要があります。

このため、活動の再開にあたっては、厚生労働省から示された留意事項（別添2）にご留意の上、チェックリスト（別添3）をご活用いただきながら、感染防止対策を徹底いただきますようお願いいたします。感染防止対策の方法や活動状況について、市より確認させていただく場合がございます。

なお、活動の再開状況を把握するため、**再開の際は下記担当までご連絡くださいますようお願いいたします。**ご不明な点等ございましたら、下記までご連絡ください。

※公民館及びコミュニティセンターの貸館については、5月18日より条件付きで再開し、6月10日より制限内容が緩和されております。貸館をご利用の方は、チェックリスト記入など利用条件がありますので各施設へご確認ください。一方、その他の施設（福祉施設等）をご利用の方は、施設毎に別途利用条件がある場合がございますので、各施設へご確認ください。

※今後の感染が拡大した場合、感染防止対策が徹底されていない場合など、再度自粛等をお願いする場合があります。その際は、改めて通知いたします。

<p>【担当】○住民主体の通いの場、認知症カフェ、ガイドラインに関すること 山形市長寿支援課 予防推進係 電話：641-1212（内線567） ○地域支え合いボランティア活動団体に関すること 山形市長寿支援課 地域包括支援係 電話：641-1212（内線564）</p>

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）**空ける。
- 遊びにいくなら**屋内より屋外**を選ぶ。
- 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
- 外出時、屋内にいるときや会話をするときは、**症状がなくてもマスク**を着用
- 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に**洗う（手指消毒薬の使用も可）

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 帰省や旅行はひかえめに。出張はやむを得ない場合に。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに**手洗い・手指消毒**
- 咳エチケットの徹底
- こまめに換気
- 身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（密集、密接、密閉）
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務
- 時差通勤でゆったりと
- オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して
通いの場等の取組を実施するための留意事項

1. 基本的な考え方

- 地域における新型コロナウイルス感染症の流行状況を確認し、開催の可否や実施方法について、検討する。その際、市町村の保健師や感染症に詳しい専門職の助言を得ることが望ましい。
- その上で、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮し、通いの場を開催するためには、
 - ・ 「3つの密（密閉、密集、密接）」を避けること、
 - ・ 運営者・リーダー、参加者ともに感染防止の基本である「人と人との距離の確保」、「マスクの着用」、「手洗い」を実践することが重要である。
- このため、運営者・リーダーは、まず新型コロナウイルス感染症の主な感染経路である、飛沫感染と接触感染のそれぞれについて、例えば、
 - ・ 飛沫感染については、換気の状態や参加者同士の距離などを考慮し、開催場所（広さ、公民館などの屋内・公園などの屋外等）や時間、回数、参加人数、プログラム等を設定するとともに、
 - ・ 接触感染については、共有物品や、ドアノブなど手に触れる場所とその頻度について特定し、消毒が必要な場所の確認や、触れる箇所を減らす工夫を行う 等の対応を行うことが考えられる。
- 今般お示しする留意事項も踏まえ、感染拡大防止のための対応を検討いただくとともに、事前に感染防止のための留意事項を周知すること等を通じ、運営者・リーダー、参加者ともに感染を広げないよう意識して取り組んでいただきたい。

2. 通いの場の取組における留意事項

<感染拡大防止に向けた留意事項>

- 運営者・リーダー、参加者ともに、事前に体温を計測し、発熱や風邪の症状がある場合は、参加を控えること。
- 運営者・リーダーは、参加者名簿（連絡先含む）を作成の上、開始前に参加者の体温や体調を確認し、記録する。発熱等が認められる場合には、参加を断ること。
- 運営者・リーダー、参加者ともに、症状がなくてもマスクを着用すること。また、できる限り、目・鼻・口は触らないようにすること。
- 複数の人の手が触れる場所や物（手すり、ドアノブ、テーブル、椅子など）は、適宜、塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム 0.05%）やアルコール等で消毒すること。
- 運営者・リーダー、参加者ともに、手洗い（アルコール消毒による手指消毒でも可）を徹底すること。

- 室内で開催する場合は、1時間に2回以上の換気（2方向の窓を、1回、数分程度、全開にするなど）を行うこと。
- 参加者同士の間隔は、互いに手を伸ばしたら手が届く範囲以上（できるだけ2m（最低1m））空けること。
- 歌を控えるとともに、文字（紙）や録音した音源、マイク等を活用するなど、大きな声を出す機会を少なくすること。
- 会話をする際は、正面に立つこと等を可能な限り避けることや、十分な距離を保つこと、マスクを着用することを徹底すること。
- 活動終了時の体調確認と手洗いを励行すること。
- 運営者・リーダーは、参加しなくなった者に対し、必要に応じ、市町村の担当者等と連携し、状況の把握や参加の呼びかけなどを行うこと。

<体操など身体を動かす活動をする場合>

- 息が荒くなるような運動は避けること。
- マスクを着けて運動をする場合は、マスクをしないときに比べて身体への負荷が著しく大きくなる可能性があるため、かかりつけ医の意見等も踏まえ、無理のないよう負荷を下げたり、休憩を取るなど配慮すること。
- 熱中症予防の観点から、こまめな水分補給や室温調整等を行うこと。なお、屋外で人と十分な距離（2m以上）を確保できる場合は、マスクをはずす。

<会食や茶話会など飲食を伴う活動をする場合>

- 座席の配置について、対面ではなく、横並びで座るなどの工夫を行うこと。
- 会食等に当たり、大皿は避けて、料理は個別に配膳するとともに、茶菓は個別包装されたものが望ましい。
- 手や口が触れるようなもの（食器やコップ、箸など）は、使い捨てのものにしたり、洗剤で適切に洗浄すること。

【参考】

- ・ 3つの密を避けるための手引き（首相官邸、厚生労働省）
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000622211.pdf>
- ・ 新型コロナウイルスを想定した「新しい生活様式」（厚生労働省）
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html
- ・ 咳エチケットについて（首相官邸、厚生労働省）
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000593495.pdf>
- ・ 「新型コロナウイルス対策 身のまわりを清潔にしましょう。」（厚生労働省、経済産業省）
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000614437.pdf>

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のために

～高齢者の地域活動再開に向けて注意してほしいこと～

□再開前に事前に会場・物品などについて確認しましょう。



● 地域活動へ参加する前に

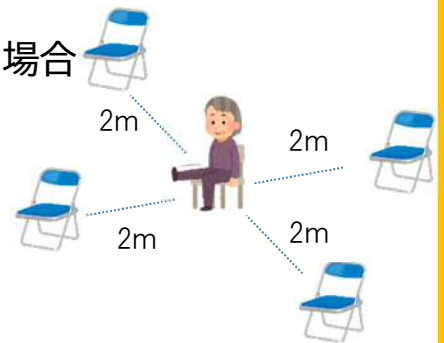
次の項目に当てはまる場合は、参加を控えてもらいましょう

また、事前に体温を測りましょう

- 発熱や風邪の症状がある場合
- 息苦しさ、強いだるさ、咳やのどの痛みなどがある場合

● 3つの密(密閉・密集・密接)を回避

次の項目を守りましょう



- こまめな換気をする
(1時間で2回以上。1回数分間。2方向の窓やドアを全開に。)
- 他の人との間隔は、できるだけ2メートル以上空ける
- 会話をする時は真正面を避け、十分な距離を保ち、マスクを着用する

● 感染防止対策の徹底

- まめな手洗い、手指のアルコール消毒の徹底
- マスクの着用、咳エチケット
- 参加者の把握(名簿に連絡先等を記録する)
- 椅子やドアノブ等、手の触れる場所の消毒
- 貸出品(重りなど)の十分な消毒
(十分な消毒が出来ない場合は貸し出ししない)
- 歌は控え、大きな声を出す機会を少なくする
- 息が荒くなるような運動は避ける
- 会食等での料理は大皿を避け個別に配膳、茶菓は個別包装されたものを
- こまめな水分補給や室温調整(熱中症予防)



一人ひとりの感染防止対策が大切です！

