

# 通いの場のみなさんへ

新型コロナウイルス感染予防のため、活動を行う上での注意点をまとめました。  
みなさんが行える範囲で、ひとりひとりが気を付けて感染予防に努めましょう。

## ①通いの場へ行く前に、自分の体調をチェック！

- お家で体温測定し、平熱でしたか？
- せきやたんが出るなど体調は悪くないですか？かぜの症状がある方やご家族に体調不良の方がいる場合は、無理せずお休みしましょう
- マスクを着用していますか
- ハンカチやタオルは持ちましたか？
- のどが乾かないよう飲み物を準備しましょう



## ②感染予防の徹底について

- 通いの場に着了いたら、流水とせっけんで手を洗いましょう
- マスクを正しく着用しましょう（鼻と口はしっかり隠れていますか）
- 手が触れる場所（ドアノブ、手すり、スイッチ等）を消毒しましょう

## ③活動時の感染症予防対策について

- マスクの着用を基本とし、咳エチケットを心がけましょう
  - 可能な限り周囲の人と距離を1m～2m空け、できるだけ対面にならないよう横並びで活動しましょう
  - 周囲の人との距離が近い時は、会話は控えましょう
  - 可能な限り窓を開けて、常時換気を行いましょ
- ※距離がとりにくい場合は、活動の時間をより短くする、人数が多い団体はグループ分けをし、活動時間をずらすなど密集が起きない工夫をしましょう



密集回避



密接回避



密閉回避



換気



咳エチケット



手洗い