

# 感染再拡大防止徹底要請！

## トレーナー派遣事業利用時の新型コロナウイルス感染症対策のお願い ～利用者のみなさんへ～

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、トレーナー派遣事業を利用される際は、次の内容を守っていただきますよう、よろしくお願いいたします。

感染を防ぎ、トレーナー派遣事業を継続して利用していただくためには、利用者お一人おひとりのご協力が必要不可欠であることをご理解いただき、以下のルールの徹底をお願いします。

**感染予防のルール** 下記の内容を満たせない場合は、ご利用をお断りさせていただきます。

### 利用者すべての方

□大きな声を出す、歌う、息を吹く楽器を使用する、呼気が激しく、または大きくなる室内運動、調理・会食（飲酒不可）を伴う活動を行う場合は、各室に定められた利用定員数の半分以下を上限として利用してください。マスク着用など、より一層の感染防止対策を講じてください。

※裏面の「感染防止対策強化事例」参照

- 自宅で検温をお願いします。
- 発熱、せきやのどの痛み、体調不良などの症状のある人は、参加を控えてください。
- 参加受付時等の運動を行っていない際や、会話をする際には必ずマスクを着用してください。
- 来場時、アルコール消毒や石けんによる手洗いをしてください。
- 使用済みのマスク、ゴミなどは、持ち帰りをお願いします。
- 長時間の滞留や真正面での飲食や会話をしないよう協力をお願いします。
- 運動中に唾や痰を吐くことを控えてください。
- タオルの共用はしないようにしてください。

### 代表者の方

- 利用日当日の「利用者名簿（氏名・住所・連絡先）」を作成し、利用日から1か月間は保管をお願いします。（個人情報の取り扱いにはご注意ください。利用者が感染していた場合などは、必要に応じて芦屋健康福祉事務所など公的機関へ情報提供いただきます。そのため利用者の同意を得て作成をお願いします。）
- 利用後、イス・テーブル等の備品やドアノブなど人が触れる部分の消毒の協力をお願いします。

## 3つの「密」を避けましょう

### ① 密閉空間

- 30分に1回5分程度、窓やドアを開放して換気する
- 換気を行う際、活動を停止するなど近隣の迷惑とならないよう配慮する（騒音に注意する）

### ② 密集場所

- 歌う、息を吹く楽器の使用、運動、飲食で利用する時は定員の半分以下を上限として利用する
- 人と人が接触しない距離を確保する

### ③ 密接場面

- 常にマスクを着用する（飲食の時を除く）
- 真正面での会話や発声、飲食を控える

## 3つの密（密閉・密集・密接）を避ける感染防止対策強化事例

「芦屋市新型コロナウイルス感染症対策公共施設利用ガイドライン」より抜粋

以下に示す目的で屋内施設を利用される場合には、マスクの着用をはじめとする感染防止対策の強化が必要となりますので、ご協力いただきますようお願いいたします。

発声・歌唱等を行う演者と参加者の距離は、一定の距離（最低2メートル）を確保してください。

### ●大きな声を出すこと、歌うこと（例：合唱、コーラス、カラオケ、詩吟、民謡など）

- ・人と人との間隔を十分に空け、対面となる場合はより一層の飛沫防止対策を講じてください。

（対策例：マスク着用時は前後1m左右50cm、未着用時は前後2m左右1m等）

- ・複数で発声する場合は、一列または交互に並ぶなど十分な間隔を空け、飛沫防止対策を強化してください。

（対策例：できるだけ壁側に向かって声を出す、歌わない方はマスクを着用するなど）

※壁側に向かって声を出した場合は、飛沫が飛んだ部分の消毒をお願いします。

### ●吹奏楽器を使用すること（例：管楽器、オカリナの演奏など）

- ・より一層間隔を空け、飛沫防止対策を講じてください。
- ・複数で楽器を演奏する場合は、一列または交互に並ぶなど十分な間隔を空け、飛沫防止対策を強化してください。

（対策例：できるだけ壁側に向かって演奏する、演奏しない方はマスクを着用するなど）

※壁側に向かって演奏した場合は、飛沫が飛んだ部分の消毒をお願いします。

### ●運動を伴う活動（例：卓球、ダンス、ヨガ、踊り、健康体操など）

#### ① 呼気が激しくなるような運動（例：卓球、ダンスなど）

- ・より一層間隔を空け、運動中は大きな声で会話、応援を行わないようにしてください。

#### ② ①以外の運動（例：ヨガ、踊り、健康体操など）

- ・人と人との間隔を十分に空け、感染防止対策を講じてください。

上記①、②については、対面とならないよう配慮してください。やむを得ず対面となる場合には、より一層の飛沫防止対策を講じてください。

### ●調理・会食を伴う活動（例：調理実習、講話や調理後に会食するなど）

- ・会食するとき以外は必ずマスクを着用してください。
- ・食事時の会話は厳禁です。
- ・大皿は避けて料理を個々に分け、他者と共有することのないようにしてください。
- ・座席の配置は十分に距離をとり、対面とならないようにしてください。
- ・飲酒は認められません。