

生涯学習講座実施のためのガイドライン（感染防止対策チェックリスト）改訂版

安全・安心に講座を受講いただくために、受講の際は、以下の点を厳守の上 ご参加いただきますようお願い申し上げます。

<受講生向け>

- マスクの着用を徹底する（不織布マスクを推奨）。
 - * 語学講座等の会話を伴うものは、不織布マスクの着用を必須とする（布マスクやウレタン製マスクは×）。
- マスクは正しく着用する（鼻から顎までしっかり覆う）。
- 講座日の原則 2 週間前から、「体調チェックシート【記録用】」により体調の確認を行う。
- 講座当日は事前に体温を計測してから受講する。
 - * 発熱または平熱時 + 1 度以上ある、喉の痛み、咳、強い倦怠感などの症状がみられる場合は、受講をお断りします
- 「体調チェックシート【当日提出用】」を受付で提出する。

- 以下に該当すると感じる点のある場合も、受講をお断りします。
 - * 咳やくしゃみなど風邪の症状が続いている方（軽い症状の方も含む）
 - * 過去 48 時間以内に熱があった方
 - * 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさがある方
 - * 咳、痰、胸部不快感のある方
 - * 味覚・嗅覚に少しでも違和感のある方
 - * 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がある方
 - * 過去 14 日以内に、政府から入国制限、入国後の観察期間を必要と発表されている国・地域への渡航、並びに当該在住者との濃厚接触がある方
 - * 1 ヶ月以内にクラスターの発生源となった場所に 14 日以内に立ち寄った方
 - * 身内や身近な接触者に上記の症状がみられる方、該当する点がある方
 - * 濃厚接触者に認定され、保健所の指示により経過観察中の方

- 講座開始前、終了後は手洗い・消毒を行う。
- 対人距離（2m を目安）を確保し、必要以上の声量では話さない。
- 鼻水、唾液などがついたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、自宅に持ち帰る。
- 受講中だけでなく日常生活でも、手洗いや咳エチケットの励行に努める。
- 厚生労働省の「新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）」へ登録する（任意）。
- 受講生同士で道具は共有しない。
- 講座の前後で、参加者同士の対面での懇親会、交流会は開催しない。

※上記に加えて、スポーツ活動をする場合は以下も厳守してください。

1) 立入可能な場所について

- 大学内では利用施設（体育館、テニスコート、グラウンド）と体育館トイレのみとし、それ以外の施設（校舎、図書館、しおん等）には、立ち入りを認めない。

- 学外施設では、施設が定めた使用ルールに従う。

2) トイレ・手洗い場所

- 大学内の施設を利用の際は、トイレ内の複数の参加者が触れると考えられる場所（ドアノブ、水洗トイレのレバー等）を触った後は、手指消毒をする。
- トイレ利用後は、蓋を閉めて汚物を流す。
- 学外施設では、施設の定めた使用ルールに従う。

3) 更衣室、休憩・待機スペース

- マスクの着用を徹底する。
- 大学内では体育館の更衣室は利用できないため、自家用車や自宅等で事前に着替えを済ませておくか、体育館ロビーを着替えスペースとする。不特定多数の人が出入りするため、貴重品の取り扱いにも十分注意する。
- 地域連携交流プラザでは着替え場所の提供は行わないため、事前に自宅等を着替えを済ませておく。
- 広さにゆとりを持たせ、他の参加者と密になることを避ける（障がい者の介助を行う場合を除く）。
- ゆとりを持たせることが難しい場合は、一度に入室する参加者の数を制限する等の措置を講じる。
- 複数の参加者が触れる場所（ドアノブ、ロッカーの取手、テーブル、イス等）は、こまめに消毒する。
- 換気扇を常に回す、換気用の小窓をあける等、換気に配慮する。
- 十分なスペースを確保できない場合には人数を制限する。
- 学外施設では、施設の定めた使用ルールに従う。

4) 競技中の注意事項

- マスク（不織布マスクを推奨）の着用を徹底する（但し、プレー中を除く）。
- セット間での換気など適切な感染防止対策をする。
- 試合前円陣やベンチでの集合時は、マスク着用の上、密集・接触を避け、さらに一定の距離（対面せず 1m 程度）をとり大きな発声などは行わない。
- 感染予防の観点から周囲の人となるべく距離（2m 以上が目安、マスクを外す場合は 3m を推奨）を空ける。（障がい者の介助を行う場合を除く）
- 競技中のハイタッチは禁止する。
- 競技中、鞋底などを手でさわらない。
- 競技中、唾や痰を吐かない。
- 対面での会話は控え、飛沫感染につながるような大きな声は出さない。
- ベンチやウォームアップエリアでは密集・接触を避け、私語は慎む（距離を確保できない場合はマスクを着用する）。
- タオル、水ボトル、アイシングバッグなどの共用は禁止する。
- 飲み物については、指定場所でのみマスクを外して飲むことができる。その場合も周囲の人と距離をとり対面を避け、会話は控える。
- 各競技団体から出されている感染対策ガイドラインを周知し、対策を徹底する。
- 学外施設で行う場合は施設の使用ルールに従う。

5) ゴミの廃棄

- 飲みきれなかった飲み物等は各自で持ち帰る。
- 鼻水、唾液などが付いたごみは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、各自持ち帰る。
- マスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹸と流水で手を洗い、手指消毒する。

<参考>

- 一般社団法人日本フィットネス産業協会「FIA フィットネス関連施設における新型コロナウイルス感染拡大対応ガイドライン」
<https://www.fia.or.jp/public/19525/>
- 公益社団法人全日本ダンス協会連合会による「ガイドライン」<http://www.zendaren.or.jp/>
- 日本バレーボール協会 <https://www.jva.or.jp/index.php/topics/20200529-2>
- 公益社団法人日本テニス事業協会 テニス場（テニス事業所）の新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン <https://www.jtia-tennis.com/>
- 公益社団法人全日本ゴルフ練習場連盟 全日本ゴルフ練習場連盟 新型コロナウイルス感染症対策「ガイドライン」<https://www.jgra.or.jp/>
- 公益社団法人日本グラウンド・ゴルフ協会 「大会参加に当たっての感染防止策チェックリスト（参加者）」
<https://www.groundgolf.or.jp/news/tabid/199/Default.aspx?itemid=159>
- スポーツ庁 https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/jsa_00010.html
- 公益財団法人日本スポーツ協会 <https://www.japan-sports.or.jp/news/tabid92.html?itemid=4173>