

「新しい生活様式」対応

住民主体の 「通いの場」運営ガイド

Ver2.0

最終更新日 2020年7月4日

免責事項（よくお読みください）

・公益社団法人石川県理学療法士会では、日本理学療法士協会の指導のもと高齢者の「通いの場」再開における支援として「新しい生活様式」に対応した住民主体の「通いの場」運営ガイドを作成いたしました。自粛解除に伴い「通いの場」を再開するにあたっての感染予防対策や参加の基準等を国の新しい生活様式に即した形で厚生労働省の通知（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について）に基づき策定した手引きとなっております。

・公益社団法人日本理学療法士協会・石川県理学療法士会は、本資料の正確性および完全性を保証することはできません。ご利用は、自己の責任において行ってください。

・本「通いの場」運営ガイドを使用した結果、損害や不利益等が発生した場合、公益社団法人日本理学療法士協会・石川県理学療法士会は一切の責任を負いません。

・本「通いの場」運営ガイドの内容は、予告なく修正される場合があります。

2020年6月

目次

目次	-1-
【厚労省】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について (令和2年5月29日厚生労働省老健局総務課認知症施策推進室ほか連名事務連絡)	
「通いの場」の取組を実施するための留意事項	
1.基本的な考え方	-3-
2.「通いの場」の取組における留意事項	-4-
3.市区町村における留意事項	-6-
「通いの場」運営ガイドの使い方	-8-
「通いの場」活動再開の感染対策について～住民や自治体などができること～	-10-
「新しい生活様式」に対応した「通いの場」運営再開について	-12-
「通いの場」における新型コロナウイルス感染症対策の考え方について	-14-
「通いの場」の地域ごとの行動基準	-15-
「通いの場」の活動（再開）手順	-24-
「通いの場」活動（再開）前の検討項目及び内容	-27-
第1章 保健管理などに関すること	-29-
1.参加者などへの指導	-30-
2.基本的な感染症の対策の実施	-31-
3.集団感染のリスクへの対応	-48-
4.重症化の高い医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者への対応等（利用停止等の扱い）について	-61-
5.運営スタッフの感染症対策	-66-
6.海外から帰国した参加者等への対応について	-67-
7.心のケアについて	-68-
8.感染者、濃厚接触者等に対する偏見や差別について	-69-
第2章 地域支援事業などに関すること	
1.一斉臨時休止に伴う地域支援事業などの遅れについて	-70-
2.「通いの場」などの活動における感染症対策等に関すること	-71-
第3章 「通いの場」の実施に関すること	
1.「通いの場」の行事活動などに関すること	-73-
2.各活動などに関すること	-74-
3.食事会などに関すること	-89-
4.清掃活動	-93-

目次



5.休憩時間-----	94-
6.来所・退所時-----	95-
7.運営スタッフの活動に関する事-----	96-
8.リハビリテーション専門職の支援活動に関する事-----	99-
第4章 感染が広がった場合における対応について-----	101-
1.市区町村（行政）の衛生主管部局との連携による地域の感染状況の把握-----	102-
2.「通いの場」において感染者等が発生した場合の対応について-----	103-
3.臨時休止の判断について-----	106-
第5章 要介護認定者等において特に留意すべき事項について-----	111-
第6章 「通いの場」活動再開準備手順-----	114-
1.衛星用品の準備-----	115-
2.安全管理-----	119-
3.参加者などへの配慮-----	123-
4.関係機関への事前準備-----	125-
5.「通いの場」の準備-----	129-
6.「通いの場」の集う前-----	133-
7.「通いの場」の活動中-----	142-
8.「通いの場」の終了後-----	145-
新しい生活様式に対応した「通いの場」活動再開ガイド《チェックリスト》-----	147-
～住民主体の「通いの場」の活動をされる方へ～「通いの場」感染症対策チェックポイント-----	148-
新しい「通いの場」の例-----	149-
利用者に寄り添った活動再開の心構え-----	150-
「通いの場」案：体操などの健康教室-----	152-
【参考】「通いの場」における「3密」回避の工夫例-----	153-
【参考】「新しい生活様式」具体的には-----	154-
【参考】令和2年5月4日 専門家会議提言「業種ごとの感染拡大予防ガイドラインに関する留意点」-----	157-
補足・参考資料-----	160-
取組事例・Q&A-----	162-

「通いの場」の取組を実施するための留意事項

1. 基本的な考え方

○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，接触感染と飛沫感染のそれぞれについて，例えば，

- 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とともに，
- 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，屋内・屋外など）や時間，回数，参加人数，プログラム等を設定する

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，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，参加者ともに意識して取り組んでいただきたい。

「通いの場」の取組を実施するための留意事項

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，無理せず参加を控えること。
- 運営者・リーダーは，参加者名簿を作成の上，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。
- 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%）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2 m（最低1 m））空けること。
- 活動時間を可能な限り短くするよう工夫すること。

「通いの場」の取組を実施するための留意事項

2. 「通いの場」の取組における留意事項

<体操など身体を動かす活動をする場合>

- 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。

<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、適切に洗浄消毒するなど特段の対応を図ること。

「通いの場」の取組を実施するための留意事項

3. 市区町村における留意事項

- 「通いの場」等の取組の再開に当たっては、地域の感染状況に応じた対応が重要であるため、「通いの場」の運営者・リーダー等からの相談等に適切に対応すること。
- なお、高齢者が「通いの場」への参加を控えることも想定されることから、
 - 高齢者の方々が居宅においても健康を維持できるよう、「新型コロナウイルス感染症の拡大防止と介護予防の取組の推進について（その2）」（令和2年3月27日厚生労働省老健局振興課ほか連名事務連絡）を参考に、運動、食生活や口腔ケア、人との交流のポイント等について、引き続き情報提供するとともに、
 - 必要に応じ、心身の状況や生活の実態などを訪問等により把握し、参加の呼びかけや必要なサービスにつなぐなど適切な支援を行うこと。
- また、今後、全国市区町村などの活動事例も参考に、ICTの活用や住民間での個別訪問を組み合わせるなど、「通いの場」等に集まる取組にとどまらず、社会参加や地域づくりにつながる多様な取組の展開についても検討いただきたい。

「通いの場」の取組を実施するための留意事項

【参考】

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について
(令和2年5月29日厚生労働省老健局総務課認知症施策推進室ほか連名事務連絡)

- 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>

「通いの場」運営ガイドの使い方

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により多くの「通いの場」が休止せざるを得なくなっていますが、緊急事態宣言の解除に伴い県民の方々から「通いの場」再開の機運が高まってきています。

県民の方々にとって「通いの場」に通えることが心身ともに元気でいられるひとつの居場所であり、いきがいのある活動の場であることは当会も多くの関わりの中で感じ安心して通える「通いの場」の再開の必要性を痛切に感じておりました。

そこで公益社団法人石川県理学療法士会では、県民の「通いの場」再開における支援として、【事務連絡】「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の取組を実施するための留意事項」（令和2年5月29日厚生労働省老健局介護保険計画課ほか連名事務連絡）に基づき、公益社団法人日本理学療法士協会監修のもと、住民リーダーの方々や支援される行政の方々向けに『感染症対策のチェックポイント』と『新しい生活様式対応 住民主体の「通いの場」運営ガイド』を作成いたしました。

「通いの場」運営ガイドの使い方

- この「通いの場」運営ガイドは、「新しい生活様式」を考慮し「通いの場」再開までに準備・調整を行なっていただきたいポイントをまとめたものです。
- また、「通いの場」運営再開において確認が必要な分野ごとに留意すべき点をまとめてあります。
- 準備・調整が終わっていない対策がある場合には、解説を確認してください。
- 市区町村（地域包括支援センター）等との役割分担・進捗管理にご使用ください。
- 各項目の下に市区町村（行政）担当・事前準備完了予定日の記載ができるようにしてありますので、担当者とは再開できる時期を決めて実施をしましょう。
- ただし、本ガイドで示していることは再開のための条件であったり、すべてを守らなければならなかったりするものではないため、これが全てできなければやってはいけないとか、マニュアルとしてこのままどこにでも使用できるといったものではありません。
- 「通いの場」の主体はあくまでも住民なので、住民の方々が焦らず、怖がらず、安心して通える「通いの場」として、再開するにあたり関わる方が話し合いの中で参考として活用いただける参考書のようなものとご理解のうえ支援をしてください。
- 本ガイドを参考に、今後は住民の方々が通えなかった時期の思いや今も不安に思うことなどを共有する場をつくったり、今回の自粛により「通いの場」に来られなくなった方への訪問支援を行うなど、今必要な住民へのサポートについても一緒に考えさせていただけるように、住民の方々が焦らず、怖がらず、安心して活動できる「通いの場」の再開を当会として心から願っております。
- 今後とも当会では石川県内の様々な「通いの場」の再開において、地域包括支援センター（市区町村）や実際の「通いの場」への訪問による直接支援、相談対応を行うことも可能ですので気軽に連絡していただければ再開の構築に寄与できると考えておりますので、よろしく、ご相談いただけますようお願い申し上げます。

「通いの場」活動再開の感染対策について

～住民や自治体などができること～

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が爆発的に拡大しており、**日本のどの地域にも、感染症者の増加による医療・介護崩壊が近づきつつあります。**そのため、この感染症による2次的な健康被害の拡大や、地域医療・介護崩壊を食い止めるため、密集・密閉・密接の回避や、感染症の基本であるマスクの着用や手洗いが励行されています。

この状況下で、市区町村（行政）や住民主体などが従来どおりの方法で再開する「通いの場」で何が生じるでしょうか。多くの高齢者が「通いの場」で、体操やおしゃべり・食事会などでお互い、同じドアノブを参加者も「通いの場」の運営スタッフも触れてゆく。**飛沫感染・接触感染が非常に生じやすい環境になります。**

無対策の「通いの場」に新型コロナウイルスが人により運ばれてくると、そこはクラスター化し、参加者と「通いの場」運営スタッフに感染が拡大し、健康維持増進のため介護予防事業を行う安全な場所ではなくなります。

「通いの場」の役割が果たせないということは、参加者が健康を自己管理できる環境も提供できず、地域で生活する役割も果たせなくなります。さらに、参加者に体調不良者や感染者が出た場合、地域医療体制がパンクし、多くの助けえた命を助けられない……という「**医療・介護崩壊**」と「**通いの場崩壊**」が連動して生じる事態が起こりえます。

「通いの場」活動再開の感染対策について

～住民や自治体などができること～

このことを防ぐためには、

- 事前対策として関係者の横断的体制で挑むことを確認し、
- 衛生用品（使い捨て手袋や消毒液など）の準備を開始し、
- 「通いの場」運営スタッフへの事前教育を実施し、
- 関係各機関と調整を行い、
- 可能な範囲で「通いの場」でのゾーニングや体調不良の参加者への対応やゴミ管理などの新しいルールを取り決め、
- 参加者（住民）等に「通いの場」の活動する際の対応について根気強く広報すること

……が必要です。これから「新しい生活様式」に沿った、準備を始めることで、参加者（住民）等の感染を予防し、クラスター化と地域医療・介護崩壊の可能性を下げるすることができます。

本資料は、「通いの場」での感染症対策を実施する市区町村（行政）担当者や運営（住民）スタッフの視点に立ち、新型コロナウイルス対策会議等において、**各分野の内容について確認していくことで、クラスター化を防ぐ「通いの場」活動再開に向けた運営体制の再構築**ができることを目指しました。また、いずれの項目も省庁・医療専門団体等の資料を根拠としています。

目下の感染症対策も厳しい状況下と拝察しますので、ご検討の材料としていただければ幸いです。

「新しい生活様式」に対応した「通いの場」運営再開について

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議（以下「専門家会議」という。）の令和2年5月1日及び4日の報告において、専門家会議の見解として、国内の感染状況について、

「市民の行動変容が成果を上げ、全国的に新規感染者数は減少傾向にあることは確かである。しかし、未だ、かなりの数の新規感染者数を認めており、現在の水準は、データが明確に立ち上がりはじめた3月上旬やオーバーシュートの兆候を見せ始めた3月中旬前後の新規感染者数の水準までは下回っていない状況である。」

「しばらくは、新規感染者数の減少傾向を維持させることを通じて、今後の感染拡大が当面起こり難い程度にまで、取組を継続することの必要性が示唆される。」

などと指摘されています。

「新しい生活様式」に対応した「通いの場」運営再開について

また、今後、「地域において、感染源（リンク）が分からない患者数が継続的に増加し、こうした地域が全国に拡大すれば、どこかの地域を発端として、爆発的な感染拡大を伴う大規模流行につながりかねない」と分析されています。地域ごとの状況に応じた、一人ひとりの「行動変容」や「強い行動自粛の呼びかけ」が重要である状況に、変わりありません。

このような認識を前提として、「通いの場」の活動においては、
各地域の感染状況

- ①感染状況が拡大傾向にある地域
- ②感染状況が収束に向かい始めている地域並びに一定程度に収まってきている地域
- ③感染状況が確認されていない地域

を十分踏まえながら、緊急事態宣言解除後も、引き続き十分な警戒を行い、感染症対策に万全を期し、感染の再拡大に注意しながら、活動の再開をするよう宜しくお願いいたします。

「通いの場」における新型コロナウイルス感染症対策の考え方について

◎新型コロナウイルス感染症について

我が国においては、国内での感染拡大の可能性があり、令和2年4月7日に政府の緊急事態宣言が行われたことや同年4月16日に全都道府県が緊急事態措置の対象となったこと等を受け、地域によっては、「通いの場」が臨時休止となっていました。

「通いの場」は感染拡大初期から断続的に一斉休止が続いており、「通いの場」での感染拡大にかかる科学的エビデンスが蓄積されていない状況にあります。本感染症については、いまだ不明な点が多く、有効性が確認された特異的なワクチンは存在しません。国内外の感染状況を見据えると、私たちは、長期間、この新たな感染症とともに社会で生きていかなければなりません。

このため、「通いの場」においても、「3つの密」を徹底的に避ける、「マスクの着用」及び「手洗いなどの手指衛生」など基本的な感染対策を継続する「新しい生活様式」を導入し、感染及びその拡大のリスクを可能な限り低減しつつ、地域支援事業における介護予防活動を継続し、高齢者などの健康寿命の延伸を保障していくことが必要です。

その際、感染症対策を徹底しつつも、感染リスクはゼロにすることはできないという事実を前提として、感染者が確認された場合には、迅速かつ的確に対処することができるよう、地方自治体内での衛生主管部局との連携や、市区町村の医師会等と連携した「通いの場」における保健管理体制を築いていくことが重要です。

感染者が確認された場合には、ただちに地域一律に一斉の臨時休止を行うのではなく、感染者及び濃厚接触者を参加停止としたり、分散して集う方法を取り入れたりしつつ、「通いの場」内で感染が広がっている可能性についての疫学的な評価を踏まえた臨時休止についての判断を行います。

同時に、感染者や濃厚接触者である参加者が、差別・偏見・いじめ・誹謗中傷などの対象にならぬよう、十分な配慮・注意が必要です。

(参考) 新型コロナウイルス感染症対策専門家会議「新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言」(2020年5月4日)から一部抜粋修正

「通いの場」の地域ごとの行動基準

新型インフルエンザ等対策特別措置法（平成24年法律第31号。以下、「特措法」とします。）に基づく緊急事態措置は、都道府県単位で行われますが、地域支援事業の介護予防活動の実施の可否やあり方は、参加者等及び運営スタッフの生活圏（参加者等、運営スタッフ及び参加者の同居家族などの日常的な行動範囲等）におけるまん延状況により判断することが重要です。

例えば、「通いの場」等の臨時休止は、緊急事態措置の際でも「一つの選択肢」であり、生活圏において感染者が発生していない場合や、生活圏内において感染がまん延している可能性が低い場合などについては、必ずしも実施する必要はありません。また、臨時休止を実施する場合、市区町村（行政）は、都道府県単位の緊急事態措置等を前提としつつも、それぞれの生活圏がどのような感染状況にあるかを把握し、参加者等の健康を保障する観点からどのような対応が可能か、必要に応じて自治体の首長とも相談し、地域ごとにきめ細やかに対応することが必要です。

「通いの場」の地域ごとの行動基準

新型コロナウイルス感染症とともに生きていく社会を作るためには、感染リスクはゼロにならないということを受け入れつつ、感染レベルを可能な限り低減させながら地域支援事業の介護予防活動等を継続していくことが重要です。このような考えから、令和2年5月14日の新型コロナウイルス感染症対策専門家会議（以下、「専門家会議」とします）の提言で示された地域区分を踏まえ、それぞれの地域区分を参加者等の生活圏に当てはめた場合の行動基準を後記のとおり作成しました。

感染は一旦収束しても再度感染者が増加する事態も十分想定されます。運営団体（市区町村及び住民）及び「通いの場」においては、この行動基準を参考としつつ、地域の感染レベルの状況に応じて柔軟に対応しながら、地域支援事業の介護予防活動等を継続しつつ「新しい生活様式」への円滑な移行と参加者等及び運営スタッフの行動変容の徹底を図っていくことが必要です。

なお、この行動基準は、令和2年5月22日時点における感染の状況を踏まえて作成したものであり、今後の感染状況の推移や最新の科学的知見を反映して適宜見直すことを予定しています

「通いの場」の地域ごとの行動基準

「新しい生活様式」を踏まえた「通いの場」の行動基準

地域の感染レベル	身体的距離の確保	感染リスクの高い活動	趣味・余暇活動（自由意思の活動）
レベル3	できるだけ2 m 程度（最低1 m）	行わない	個人や少人数でのリスクの低い活動で短時間での活動に限定
レベル2	できるだけ2 m 程度（最低1 m）	リスクの低い活動から徐々に実施	リスクの低い活動から徐々に実施し、運営スタッフ等が活動状況の確認を徹底
レベル1	1 mを目安に会場内で最大限の間隔をとること	十分な感染対策を行った上で実施	十分な感染対策を行った上で実施

「レベル3」：生活圏内の状況が、

「特定(警戒)都道府県」に相当する感染状況である地域（累積患者数、感染経路が不明な感染者数の割合、直近1週間の倍加時間などで判断する。特措法第45条に基づく「徹底した行動変容の要請」で新規感染者数を劇的に抑え込む地域。）

「通いの場」の地域ごとの行動基準

「レベル2」：生活圏内の状況が、

- ① 「感染拡大注意都道府県」に相当する感染状況である地域（特定(警戒)都道府県の指定基準等を踏まえつつ、その半分程度などの新規報告者等で判断することが考えられる。感染状況をモニタリングしながら、「新しい生活様式」を徹底するとともに、必要に応じ、知事が特措法第24条第9項に基づく協力要請を実施する地域）及び
- ② 「感染観察都道府県」に相当する感染状況である地域のうち、感染経路が不明な感染者が過去に一定程度存在していたことなどにより当面の間注意を要する地域

「レベル1」：生活圏内の状況が、

感染観察都道府県に相当する感染状況である地域のうち、レベル2にあたら
ないもの（新規感染者が一定程度確認されるものの、感染拡大注意都道府県の基準には達していない。引き続き感染状況をモニタリングしながら、「新しい生活様式」を徹底する地域）

※上記のいずれの地域に該当するかは、地域のまん延状況や医療提供体制等の状況を踏まえ、自治体の衛生主管部局と相談の上、判断すること。

※各レベルの地域において、具体的にどのように活動を進めるかについては、第3章に詳述しています。

（参考）新型コロナウイルス感染症対策専門家会議「新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言」（2020年5月14日）から抜粋

「通いの場」の地域ごとの行動基準

地域の実情に応じ、緊急事態宣言の対象地域の考え方や地域区分の考え方

感染状況に基づく都道府県の3区分

	緊急事態宣言の対象地域	解除地域	
名称	特定警戒	感染拡大注意	感染観察
判断基準	累積数、経路不明の割合、増加の勢いなどに加え、直近1週間の感染者数も	新規感染者数などが「特定警戒」の半分程度	感染者数が「拡大注意」の水準に達しない
対応の基本	接触の8割減	新しい生活様式を徹底、必要に応じ自粛を要請	新しい生活様式を徹底
外出	法に基づき外出自粛を要請	不要不急の他県への移動は避ける	他区分の県への不要不急の移動は避ける
仕事	出勤者数を7割減	在宅勤務、時差出勤などを推進	必要に応じ、在宅勤務や時差出勤を進める
イベント	クラスター発生の恐れがあるものや、3密の集まりは法に基づき自粛を要請	クラスター、3密となるものは自粛要請、そのほかは予防指針を踏まえた対応	参加者は100人以下、かつ定員の50%以下が開催の目安

徹底した行動変容の要請

地域の感染状況を
モニタリング

引き続き感染状況を
モニタリング

「通いの場」の地域ごとの行動基準

●設置者（市区町村）及び「通いの場」の役割

（１）設置者（市区町村）等の役割

地域内の「通いの場」における感染拡大を防止し，感染者が確認された場合に迅速に対応できるように，以下の役割を担います。

- ①自治体の衛生主管部局と連携し，「通いの場」をとりまく地域のまん延状況について情報収集し，感染拡大への警戒を継続するとともに，臨時休止の必要性等について判断します。
- ②「通いの場」の対応状況の把握や必要な物品の整備等，衛生環境の整備や指導を行います。

「通いの場」の地域ごとの行動基準

●設置者（市区町村）及び「通いの場」の役割

（1）設置者（市区町村）等の役割

- ③「通いの場」の感染事例を集約し、域内に改善策を周知するとともに、県・国が行う感染状況の調査に協力し、感染者情報及び感染事例について情報を提供します。
- ④「通いの場」単位で連携しにくい機関（医師会等）との広域的な対応のとりまとめや、設置者として、感染症対策に関する家族や地域への連絡や情報共有などを行います。

「通いの場」の地域ごとの行動基準

●設置者（市区町村）及び「通いの場」の役割

（２）「通いの場」の役割

「通いの場」の運営リーダーを責任者とし、「通いの場」内に保健管理体制を構築します。併せて、行政や医師会等との連携を推進し、保健管理体制を整備します。

「新しい生活様式」を実践するためには、参加者等への指導のみならず、朝の検温や共用物品の消毒に加え、食事会の時間や休憩時間、「通いの場」への通所時の参加者等の行動の見守りなど、地域のボランティア等の協力を得ながら「通いの場」の参加者全員で取り組む必要があります。

また、感染者が確認された場合の連絡体制をあらかじめ確認し、冷静に対応できるように準備しておくことが必要です。

「通いの場」の地域ごとの行動基準

● 家庭との連携

「通いの場」の臨時休止中においても高齢者等の感染事例は一定数生じており、その多くは家庭内での感染とされています。「通いの場」内での感染拡大を防ぐためには、何よりも外からウイルスを持ち込まないことが重要であり、このためには各家庭の協力が不可欠です。毎日の参加者等の健康観察はもちろんのこと、例えば、同居家族に発熱、咳などの症状がある場合には、蔓延している地域では、参加者の参加を控えることも重要です。また、休日において不要不急の外出を控える、仲の良い友人同士の家庭間の行き来を控える、家族ぐるみの交流による接触を控えるなど、「通いの場」を通じた人間関係の中で感染が広がらないよう細心の注意も必要です。こうしたことについて、同居家族の理解と協力を得て、ご家庭においても「新しい生活様式」の実践をお願いしたいと思います。また、老人会等と連携しつつ家族の理解が得られるよう、「通いの場」からも積極的な情報発信を心がけるとともに、家庭の協力を呼びかけることが重要です。

「通いの場」の活動（再開）手順

「通いの場」の活動（再開）に向けての会議

「通いの場」の活動（再開）の内容（案）について

実施市区町村（行政担当者）のチェック（第1回）

活動（再開）（案）修正（第1回）

「通いの場」を主催する住民スタッフの確認

活動（再開）（案）修正（第2回）

実施市区町村（行政担当者）の確認（第2回）

「通いの場」を主催する住民スタッフへの周知・確認

「通いの場」の活動（再開）／活動後の報告・確認

「通いの場」の活動（再開）基準

（1）行政

例：石川県のモニタリング指標

市中感染の状況

① 感染経路不明者数：1人未満

② PCR検査陽性率：7%未満
(クラスター関連除く)

医療提供体制への負荷の状況

③ 病床使用率：50%未満

④ 重症病床使用率：30%未満

例：茨城県

緊急事態措置等の強化・緩和に関する判断指標

(指標)		Stage4 感染爆発・医療崩壊のリスクが高い状態	Stage3 感染が拡大している状態	Stage2 感染が概ね抑制できている状態	Stage1 感染が抑制できている状態
県内の医療提供体制	①重症病床稼働率【県内】 (直近1週間平均)	60%超	60%以下	30%以下	10%以下
	②病床稼働率【県内】 (直近1週間平均)	70%超	70%以下	45%以下	30%以下
県内の感染状況	③1日当たりの陽性者数【県内】 (直近1週間平均)	10人超	10人以下	5人以下	1人以下
	④陽性者のうち、濃厚接触者以外の数【県内】 (直近1週間平均)	5人超	5人以下	3人以下	1人以下
	⑤陽性率【県内】 (直近1週間平均)	7%超	7%以下	3%以下	1%以下
都内の感染状況	⑥1日当たりの経路不明陽性者数【都内】 (直近1週間平均)	100人超	100人以下	50人以下	10人以下

「通いの場」活動（再開）時の参加者の基準

（2）参加者

【主催者が利用の中止を通達する場合】

- 参加者の感染が判明した場合
- 参加者が感染者の濃厚接触者に特定された場合

なお、利用中止の措置をとる場合の利用中止の期間の基準は、感染者と最後に濃厚接触をした日から起算して2週間とする。

- 参加者に発熱等の風邪の症状やセルフケアチェックで体調不良の場合は、自宅で休養するよう指導する

【参加者が自ら利用を自粛する場合】

- 感染症陽性者が集団発生した地域（県外も含む）に2週間以内に行ったことがある
- 1ヶ月以内に海外渡航歴がある
- においや味を感じない
- 24時間以内に37.5度以上の発熱があった場合 など

「通いの場」活動（再開）前の検討項目及び内容①

- 感染防止の3つの基本を厳守し、「新しい生活様式」に沿って拡大防止の「3つの密」を回避
- 下記の検討項目（例）や検討内容について、活動再開前に「厳守すべき必須事項」と「望まじきこと（努力義務）」に分け、できるだけ具体的に検討する。

必須事項	努力義務	検討項目（例）	検討内容の例
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	対象者の選定（状態像）	参加者の利用基準に該当するもの 通いの場まで自力で通えるか。認知の有無。
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」の活動内容	例：おしゃべり・健康体操・趣味や創作活動・レクリエーション・食事会・送迎
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」の目的・役割	健康寿命の延伸 健康づくり、仲間づくり、生きがいづくり
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」の種類	運動器の機能向上（転倒骨折予防・筋トレ）、栄養改善、 口腔機能向上、閉じこもり予防、認知症予防 など
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	対象者への周知及び募集	民生委員や包括スタッフの個別訪問や対面による面談を避け 電話など様々な方法による広報活動
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」の実施環境及び会場	参加者等の人数により身体的距離（ソーシャルディスタンス）が 確保できる会場の確保、他の地域住民の利用の有無 感染予防ができる環境の有無
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」に参加する対象者の構成	参加者等の利用基準を満たし、活動内容により健康寿命の 延伸が図れるもの 生活不活発の危険性の有無など特に問わない

「通いの場」活動（再開）前の検討項目及び内容②

- 感染防止の3つの基本を厳守し、「新しい生活様式」に沿って拡大防止の「3つの密」を回避
- 下記の検討項目（例）や検討内容について、活動再開前に「厳守すべき必須事項」と「望ましこと（努力義務）」に分け、できるだけ具体的に検討する。

必須事項	努力義務	検討項目（例）	検討内容の例
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	参加する対象者の地域	市区町村全域，日常生活圏域，町内，地区の班内
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」の運営責任者	地域包括支援センター，住民ボランティア，社協 など
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」集う前の注意点	参加者等のセルフケアチェック（検温や自覚症状の有無）
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」活動中の注意点	参加者等の体調管理・緊急時の対応方法 感染防止の3つの基本（身体的距離の確保，マスクの着用，手洗い），3密の回避（頻回な換気） 活動時間の厳守や頻回な休憩
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」終了後の注意点	帰宅後の参加者等のセルフケアチェック（検温や自覚症状の有無）の確認
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	「通いの場」の新しい楽しみ方	少人数で集う，動画やITの活用 再自粛時の過ごし方の提案

1. 保健管理などに関すること

新型コロナウイルス感染症と共に生きていく社会を前提とした場合、新規感染者数が限定的となった地域であっても、再度感染が拡大する可能性があります。このため、長丁場に備え、手洗いや咳エチケット、換気といった基本的な感染症対策に加え、感染拡大リスクが高い「3つの密」を徹底的に避けるために、身体的距離の確保（ソーシャルディスタンスあるいはフィジカルディスタンス）といった「新しい生活様式」に、「通いの場」を含めた社会全体が移行することが不可欠です。

1. 保健管理などに関すること

1. 参加者などへの指導

「通いの場」活動における一番の感染リスクは、休憩時間や通所時など運営スタッフの目が届かない所での参加者等の行動です。「通いの場」活動を始めるときに、まずは、参加者等が本感染症を正しく理解し、感染のリスクを自ら判断し、これを避ける行動をとることができるよう、「新型コロナウイルス感染症の予防」資料等を活用して感染症対策に関する指導を行うことが必要です。

また、参加者等には、感染症対策用の持ち物として、一般的には次のものが必要となります。

【各自に必要な持ち物】

- 清潔なハンカチ・ティッシュ
- マスク
- マスクを置く際の清潔なビニールや布など



1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

感染症対策のポイントは、「**感染源を絶つこと**」
「**感染経路を絶つこと**」
「**抵抗力を高めること**」であることを踏まえ、
以下のような取組を行うこと。

(1) 感染源を絶つこと

① 発熱等の風邪の症状がある場合等には参加しないことの徹底

次の方法により、発熱等の風邪の症状がみられる参加者等については、自宅で休養させることを徹底すること。運営スタッフについても同様の対応とすること。(レベル3及びレベル2の地域では、同居の家族に風邪症状が見られる場合も同様とします)

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(1) 感染源を絶つこと

② 来所時の健康状態の把握

- 家族と連携した毎朝及び **来所時の検温及び健康状態を把握**（風邪症状の確認）
- 来所時の健康状態の把握には、「健康観察表」などを活用します。
- 利用前に家庭で体温や健康状態を確認できなかった参加者等については、施設会場等で運営スタッフが検温及び健康観察等を行います。（風邪症状の確認）

【レベル3地域・レベル2地域】

参加者本人のみならず、家庭への協力を呼びかけ、同居の家族にも毎日健康状態を確認するようにお願いします。また、利用時の検温結果の確認及び健康状態（同居の家族の健康状態も含む）の把握を、「通いの場」の会場に入る前に行うようにします。これらの取組を行うためには、「通いの場」関係者全体で体制を整備することが必要です。 * 「健康観察表」は、参加者の朝晩の体温、体調、同居家族の状況、家族のサイン等を記入し、来所時に持参します

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(1) 感染源を絶つこと

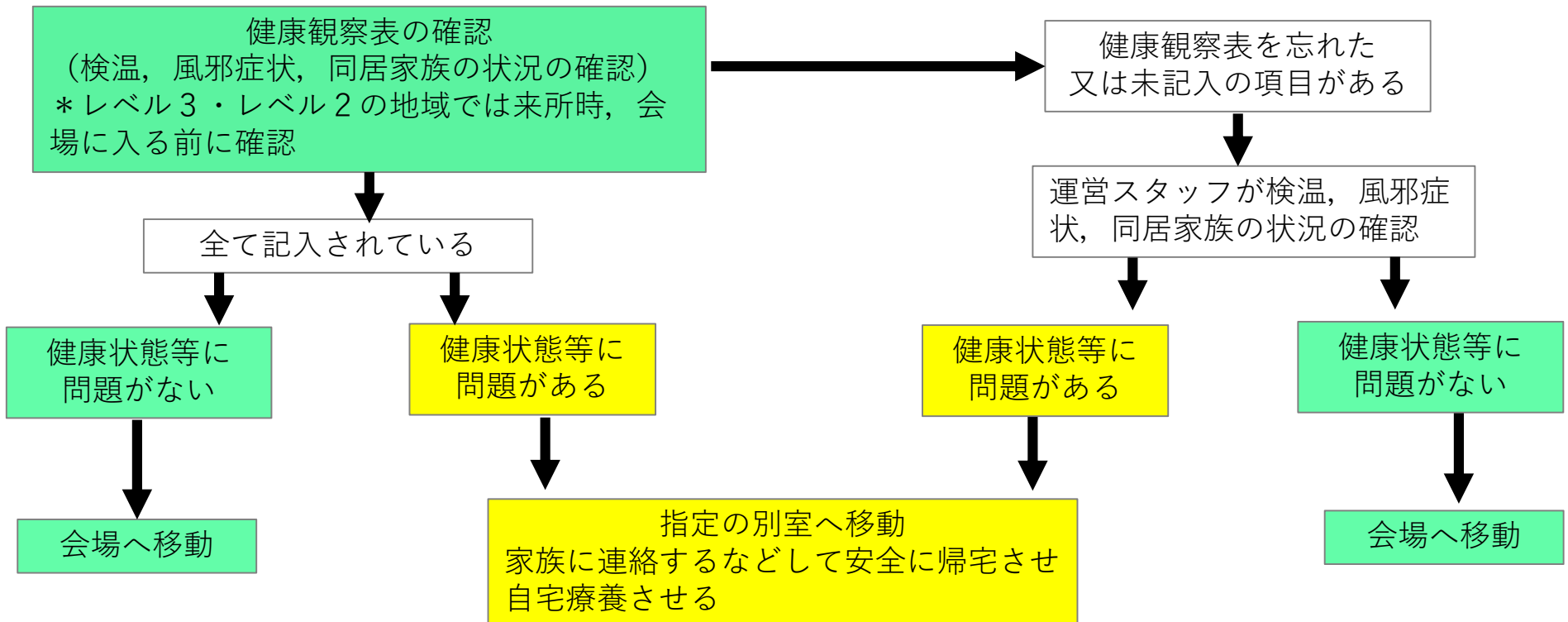
③ 来所時に発熱等の風邪の症状が見られた場合

発熱等の風邪の症状がみられる場合には、当該参加者を安全に帰宅させ、症状がなくなるまでは自宅で休養するよう指導します。

なお、特に高齢の参加者等について、安全に帰宅できるよう、家族の来所まで「通いの場」にとどまる必要があるケースもありますが、その場合には、他の者との接触を可能な限り避けられるよう、別室で待機させるなどの配慮をします。なお、別室については他の施設利用者が集まる場所であるため、発熱等の風邪症状のある参加者が他の地域住民と接することのないようにします。

1. 保健管理などに関すること

<健康観察表を使用した来所時の健康観察（例）>



1. 保健管理などに関すること

健康観察表（例）

年 月

名前：

- できるだけ毎日体温を測定しましょう
- 「通いの場」参加日の朝は必ず、熱をはかり「通いの場」にお持ちください。
- 風邪の症状がある場合は、運営者（ ）にご連絡・相談下さい。

日	朝の体温	会場での体温	当てはまる症状に○をつける					他の症状があれば記入 *家族の方の同様の症状の有無について
			せきの のどの痛み	全身の だるさ	息苦しさ	味覚異常	嗅覚異常	
1	・ °C	・ °C						
2	・ °C	・ °C						
3	・ °C	・ °C						
4	・ °C	・ °C						
5	・ °C	・ °C						
6	・ °C	・ °C						
7	・ °C	・ °C						
8	・ °C	・ °C						
9	・ °C	・ °C						
29	・ °C	・ °C						
30	・ °C	・ °C						
31	・ °C	・ °C						

☆家族の方へ：比較的軽い風邪の症状が4日以上続く場合や、息苦しさ・強いだるさ・高熱（目安として38度以上）などの強い症状のいずれかがある場合はすぐに、帰国者・接触者相談センターに連絡をして、指示を受けてください。

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(2) 感染経路を絶つこと

新型コロナウイルス感染症は、一般的には飛沫感染、接触感染で感染します。

飛沫感染：感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つばなど）と一緒にウイルスが放出され、他の方がそのウイルスを口や鼻などから吸い込んで感染します。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、屋内・屋外など）や時間、回数、参加人数、プログラム等を設定する。

接触感染：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とともに、感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、その手で周りの物に触れるとウイルスがつきます。他の方がそれを触るとウイルスが手に付着し、その手で口や鼻を触ると粘膜から感染します。

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(2) 感染経路を絶つこと

閉鎖空間で、近距離で多くの人と会話するなどの環境では、咳やくしゃみなどの症状がなくても感染を拡大させるリスクがあるとされています。

感染経路を絶つためには、①手洗い、②咳エチケット、③消毒が大切です。

かかりつけ医などと連携した保健管理体制を整え、施設会場やトイレなど参加者等が利用する場所のうち、特に多くの参加者等が手を触れる箇所（ドアノブ、手すり、スイッチなど）は、適宜、消毒液（消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウム等）を使用して清掃を行うなどして環境衛生を良好に保つ。

例) 次亜塩素酸ナトリウム消毒液で清拭する場合の留意点

次亜塩素酸ナトリウムで清拭する場合、次亜塩素酸ナトリウム（塩素濃度0.05%～0.5%）で浸すようにペーパータオル等で拭いた後、水拭きを行う。消毒を行うときは、十分に換気を行うなど、使用する漂白剤の注意事項をよく読んで行うこと。

漂白剤の希釈方法：市販の家庭用塩素系漂白剤（原液に含まれる次亜塩素酸ナトリウムの濃度約5%）を用いる場合、原液25 mL（漂白剤のキャップ1杯）を2 Lの水で希釈する。（約0.06%の希釈液）

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(2) 感染経路を絶つこと

新型コロナウイルスの感染経路として
飛沫感染のほか、**接触感染**に注意が必要です。
人は、“無意識に”顔を触っています！



そのうち、**目**、**鼻**、**口**などの**粘膜**は、
約44パーセントを占めています！

通常、肺炎などを起こすウイルス感染症の場合、
症状が最も強く現れる時期に、他者へウイルスを感
染させる可能性も最も高くなる。一方で、無症候又
は症状の明確でない者から感染が広がるおそれがあ
るとの専門家の指摘や研究結果もある。
したがって、予防に努めることが重要である。
(出典：厚生労働省ホームページ (Q&A))

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(2) 感染経路を絶つこと

①手洗い

接触感染の仕組みについて参加者等に理解させ、手指で目、鼻、口をできるだけ触らないよう指導するとともに、接触感染を避ける方法として、手洗いを徹底します。様々な場所にウイルスが付着している可能性があるため、外から会場等に入る時やトイレの後、食事会（飲食）の前後など、こまめに手を洗うことが重要です。手洗いは30秒程度かけて、液体石けんと流水で丁寧に洗い、また、手を拭くタオルやハンカチ等は個人持ちとして、共用はしないように指導します。

手指用の消毒液は、流水での手洗いができない際に、補助的に用いられるものですので、基本的には流水と液体石けんでの手洗いを指導します。ただし、流水で手洗いができない場合には、アルコールを含んだ手指消毒薬を使用することが考えられます。

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(2) 感染経路を絶つこと

①手洗い

また、石けんやアルコールに過敏に反応したり、手荒れの心配があったりするような場合は、流水でしっかり洗うなどして配慮を行います。

なお、参加者等に一律に消毒液の持参を求めることは適当ではありません。
(それぞれの家族が希望する場合には、この限りではありません。)

石けんやハンドソープを使った丁寧な手洗いを行ってください。



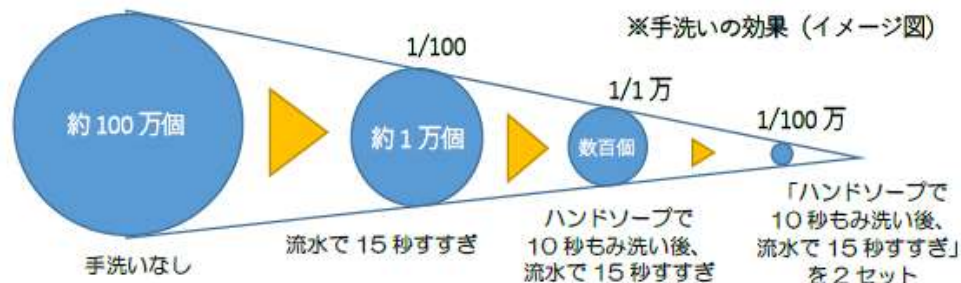
手洗いを丁寧に行うことで、十分にウイルスを除去できます。さらにアルコール消毒液を使用する必要はありません。

手洗い		残存ウイルス
手洗いなし		約 100万個
石けんやハンドソープで10秒もみ洗い後流水で15秒すすぐ	1回	約 0.01% (数百個)
	2回繰り返す	約 0.0001% (数個)

(資料元: 感染症学雑誌, 80:496-500,2006 から作成)

手洗いのすすめ

水とハンドソープで、ウイルスは減らせます！



1. 保健管理などに関すること

手洗いの6つのタイミング



外から会場に入る時



咳やくしゃみ, 鼻をかんだとき



食事（飲食）の前後



掃除の後



トイレの後



共有のものを触ったとき

1. 保健管理などに関すること

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(2) 感染経路を絶つこと

②咳エチケット

咳エチケットとは、感染症を他者に感染させないために、咳・くしゃみをする際、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえることです。



何もせずに
咳やくしゃみをする

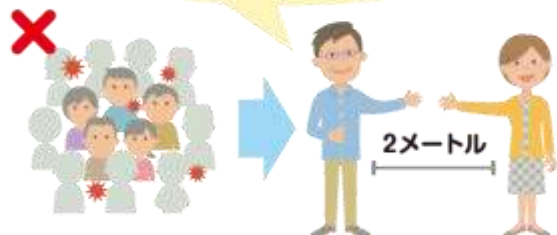
咳やくしゃみを
手でおさえる



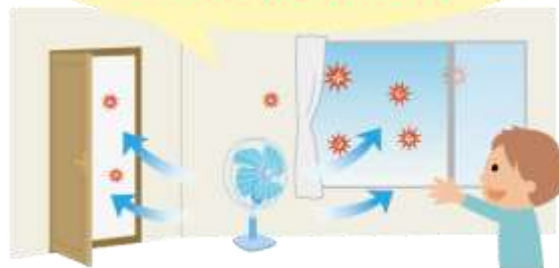
1. 保健管理などに関すること

「3つの密（密閉・密集・密接）」の回避

他の人と
十分な距離を取る!



窓やドアを開け
こまめに換気を!



屋外でも密集するような
運動は避けましょう!

少人数の散歩や
ジョギングなどは大丈夫



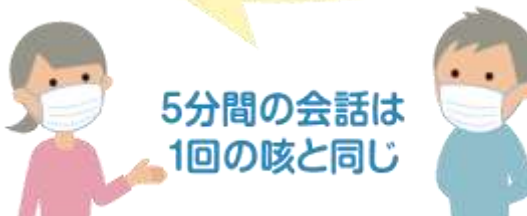
飲食店でも距離を取りましょう!

- ・ 多人数での会食は避ける
- ・ 隣と一つ飛ばしに座る
- ・ 互い違いに座る

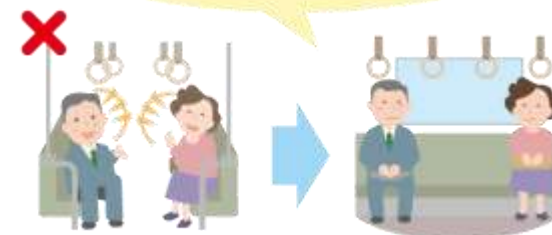


会話をするときは
マスクをつけましょう!

5分間の会話は
1回の咳と同じ



電車やエレベーターでは
会話を慎みましょう!



1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(2) 感染経路を絶つこと

③消毒

かかりつけ医などと連携した保健管理体制を整え、会場やトイレなど参加者等が利用する場所のうち、特に多くの参加者等が手を触れる箇所（ドアノブ、手すり、スイッチなど）は、1日1回以上消毒液（消毒用エタノールや次亜塩素酸ナトリウム等）を使用して清拭します。なお、消毒用エタノールが入手困難な状態が続いているため、「通いの場」における施設の消毒にあたっては、次亜塩素酸ナトリウムを積極的に利用ください（ただし、次亜塩素酸ナトリウムは腐食しやすい物品には使用しません）。

「通いの場」では様々なものを共用しており、用具や物品の共用を避けることができれば避けるようにしますが、消毒できるものについては消毒を行い、使用後には手洗いをするように指導します。

1. 保健管理などに関すること

(参考) 次亜塩素酸ナトリウムによる消毒について

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方



【使用時の注意】
 ・換気をしてください。
 ・家事用手袋を履いてください。
 ・他の薬品と混ぜないでください。
 ・商品パッケージやHPの説明をご確認ください。

以下は、次亜塩素酸ナトリウムを主成分とする製品の例です。
 商品によって濃度が変わりますので、以下を参考に調べてください。

メーカー (五十音順)	商品名	作り方の例
花王	ハイター 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) [※] <small>※次亜塩素酸ナトリウムは、一般的にゆっくりと分解し、濃度が低下していきます。購入から3ヶ月以内の場合は、水1Lに本商品10ml (商品付属のキャップ1/2杯) が目安です。</small>
カネヨ石鹸	カネヨブリーチ 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 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)

(出典：厚生労働省及び経済産業省作成リーフレット

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000614437.pdf>)

(プライベートブランド)

ブランド名 (五十音順)	商品名	作り方の例
イオングループ (トップバリュ)	キッチン用漂白剤	水1Lに本商品 10mL (商品付属のキャップ1/2杯)
西友/サニー/ リヴィン (きほんのき)	台所用漂白剤	水1Lに本商品 12mL (商品付属のキャップ1/2杯)
セブン&アイ・ ホールディングス (セブンプレミアム ライフスタイル)	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)

※上記のほかにも、次亜塩素酸ナトリウムを成分とする商品は多数あります。
 表に無い場合、商品パッケージやHPの説明にしたがってご使用ください。

- 注意
- ・希釈した次亜塩素酸ナトリウムは使い切りとして、長時間にわたる作り置きはしないようにします。
 - ・「次亜塩素酸水」は、次亜塩素酸ナトリウム液とは異なるものであり、新型コロナウイルスに対する有効性については現在検討中です。仮に有効性が確認されても、実際に代替消毒法として使用するにあたっては、適正な使用方法等への配慮について、十分に留意する必要があります。

例) 次亜塩素酸ナトリウム消毒液で清拭する場合の留意点

次亜塩素酸ナトリウムで清拭する場合、次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度0.05%~0.5%)で浸すようにペーパータオル等で拭いた後、水拭きを行う。消毒を行うときは、十分に換気を行うなど、使用する漂白剤の注意事項をよく読んで行うこと。

漂白剤の希釈方法：市販の家庭用塩素系漂白剤(原液に含まれる次亜塩素酸ナトリウムの濃度約5%)を用いる場合、原液25 mL(漂白剤のキャップ1杯)を2Lの水で希釈する(約0.06%の希釈液)。

(令和2年3月24日 文科省：新型コロナウイルス感染症に対応した学校再開ガイドラインより)

1. 保健管理などに関すること

2. 基本的な感染症対策の実施

(3) 抵抗力を高めること

免疫力を高めるため、「十分な睡眠」、「適度な運動」や「バランスの取れた食事」を心がけるよう指導する。



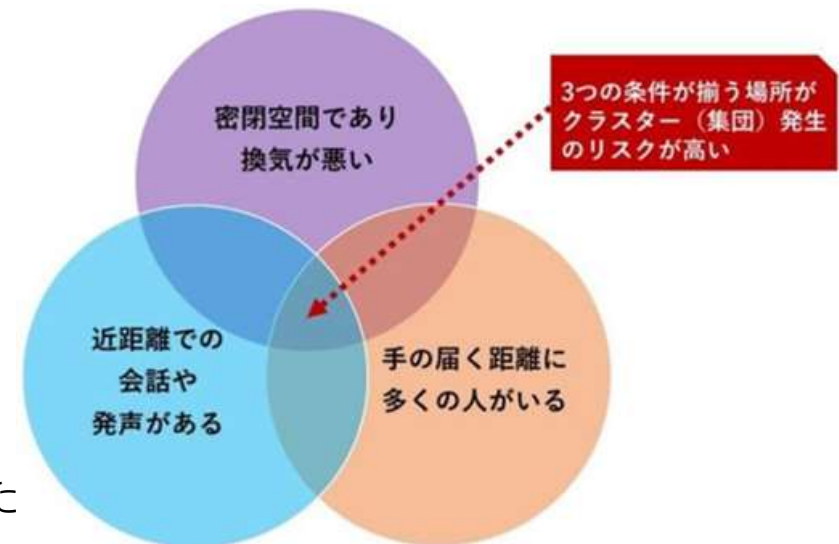
1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

新型コロナウイルス感染症対策専門家会議（以下、「専門家会議」という。）が令和2年3月19日に示した見解によれば、これまで集団感染が確認された場に共通するのは、

- 換気の悪い密閉空間
- 多くの人が集まる密集場所
- 近距離での会話や発声が行われる密接場面

という 3つの条件が重なった場 である。



こうした場ではより多くの人々が感染していたと考えられているため、この 3つの条件が同時に重なる場を徹底的に避ける ことが重要で、3つの密が重ならない場合でも、リスクを低減するため、できる限り「ゼロ密」を目指すことが望ましいとされます。

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

専門家会議が令和2年3月19日に示した提言では、この『3つの条件が同時に重なる場』を避けるため、

- a. 換気の悪い密閉空間にしないための換気の徹底
- b. 多くの人が手の届く距離に集まらないための配慮
- c. 近距離での会話や大声での発声をできるだけ控える

など、「保健管理や環境衛生を良好に保つような取組みを進めていくことが重要」であるとされています。

この専門家会議の提言を踏まえ、「通いの場」においては次のような対応を行いましょう。

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(1) 「密閉」の回避（換気の徹底）

換気は、気候上可能な限り常時、困難な場合はこまめに（30分に1回以上、数分間程度、窓を全開する）、2方向の窓を同時に開けて行うようにします。活動中は必ずしも窓を広く開ける必要はありませんが、気候、天候や会場の場所などにより異なることから、必要に応じて換気方法について感染症専門職等と相談します。

①窓のない部屋

常時入り口を開けておいたり、換気扇を用いたりするなどして十分に換気に努めます。また、使用時は、人の密度が高くないように配慮します。

②体育館のような広く天井の高い部屋

換気は感染防止の観点から重要であり、広く天井の高い部屋であっても換気に努めるようにします。

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(1) 「密閉」の回避（換気の徹底）

③エアコンを使用している部屋

エアコンは室内の空気を循環しているのみで、室内の空気と外気の入れ替えを行っていないことから、エアコン使用時においても換気は必要です。会場等のこまめな換気を実施すること。（可能であれば2方向の窓を同時に開けること）その際、衣服等による温度調節にも配慮すること。

* 新型コロナウイルス感染症(COVID-19)対策用 換気シミュレータの紹介

このシミュレーターは、新型コロナウイルス感染症の集団発生に関連しているとされている「換気の悪い密閉空間」について、室内の換気状態の良し悪しを簡易に見積もることができるツールとなります。

公益社団法人日本産業衛生学会産業衛生技術部会ホームページ参照

http://jsoh-ohe.umin.jp/covid_simulator/covid_simulator.html

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(2) 「密集」の回避（身体的距離の確保）

多くの施設においては人の密度を下げることに限界があり、施設利用上、近距離での会話や発声等が必要な場面も生じることが考えられることから、飛沫を飛ばさないよう、咳エチケットの要領でマスクを装着するなどするよう指導すること。

「新しい生活様式」では、人との間隔は、できるだけ2メートル（最低1メートル）空けることを推奨しています。感染が一旦収束した地域にあっても、「通いの場」は「3つの密」となりやすい場所であることには変わりなく、可能な限り身体的距離を確保することが重要です。

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(2) 「密集」の回避（身体的距離の確保）

新規感染者や感染経路不明の感染者が多数確認されている地域においては、「3つの密」を徹底的に避ける必要性も高まるため、レベル3及びレベル2の地域では、身体的距離の確保を優先して分散来所の導入などの工夫を行っていただく必要があります。

レベル1の地域では、会場等の制約から1メートルの距離を確保できない場合には、できるだけ距離を離し、換気を十分に行うことや、マスクを着用することなどを併せて行うことより「3つの密」を避けるよう努めて下さい。

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(2) 「密集」の回避（身体的距離の確保）

【レベル3地域・レベル2地域】

参加者の間隔を可能な限り2メートル（最低1メートル）確保するように座席配置を取ります。

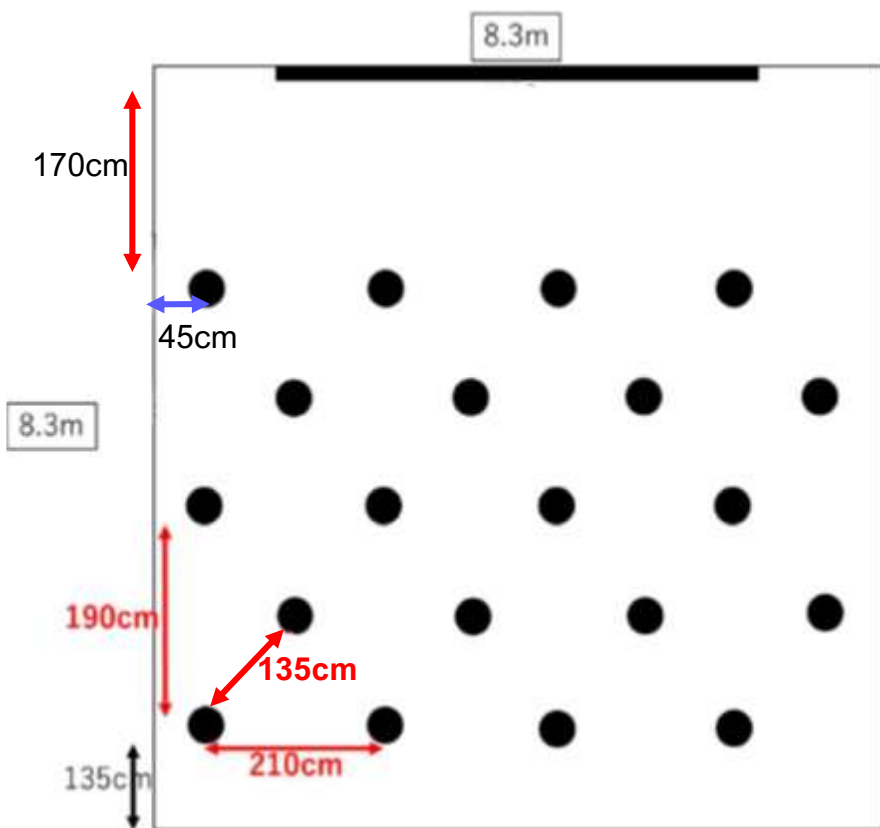
このような形で「通いの場」活動を行うためには、参加者の規模に応じ、施設の制約がある場合には、参加者を二つのグループに分けるなど、分散来所や時差来所を適宜組み合わせ、異なる会場や時間で活動を行う等の対応が必要となります。

【レベル1地域】

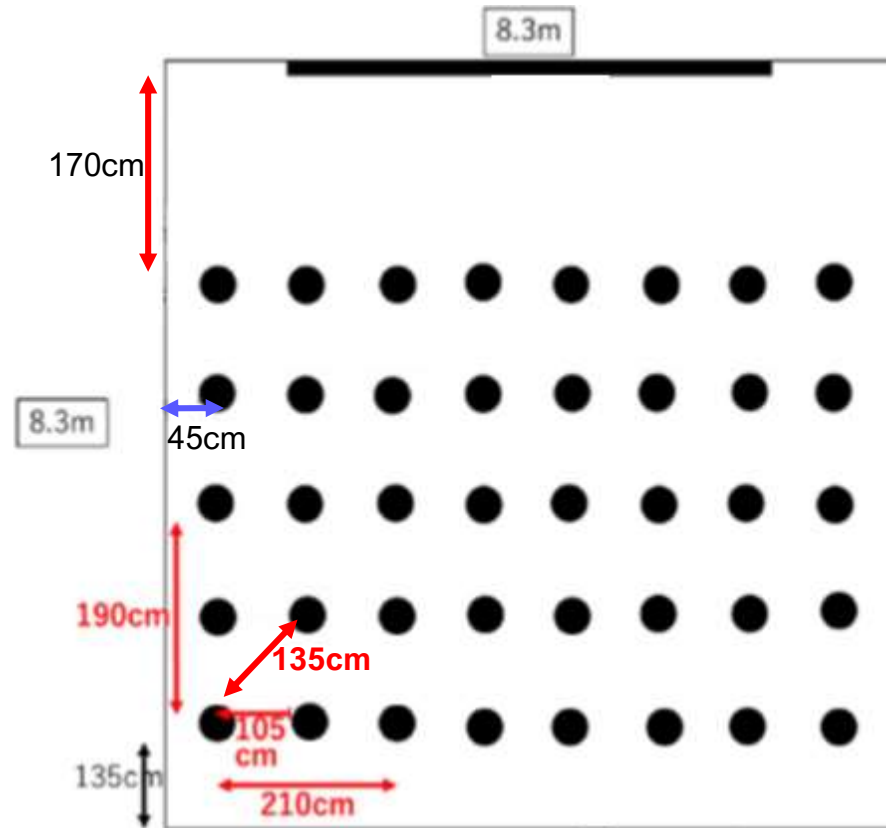
参加者の間隔を1メートルを目安に会場内で最大限の間隔をとるように座席配置を取ります。

なお、以下の図は、座席配置の一例です。これらはいくまでも目安であり、それぞれの施設の状況や感染リスクの状況に応じて、柔軟に対応することが可能です。対面を避けたり、座席の間隔に一律にこだわるのではなく、頻繁な換気などを組み合わせることなどにより、現場の状況に応じて柔軟に対応するようにしましょう。

「通いの場」レイアウトイメージ

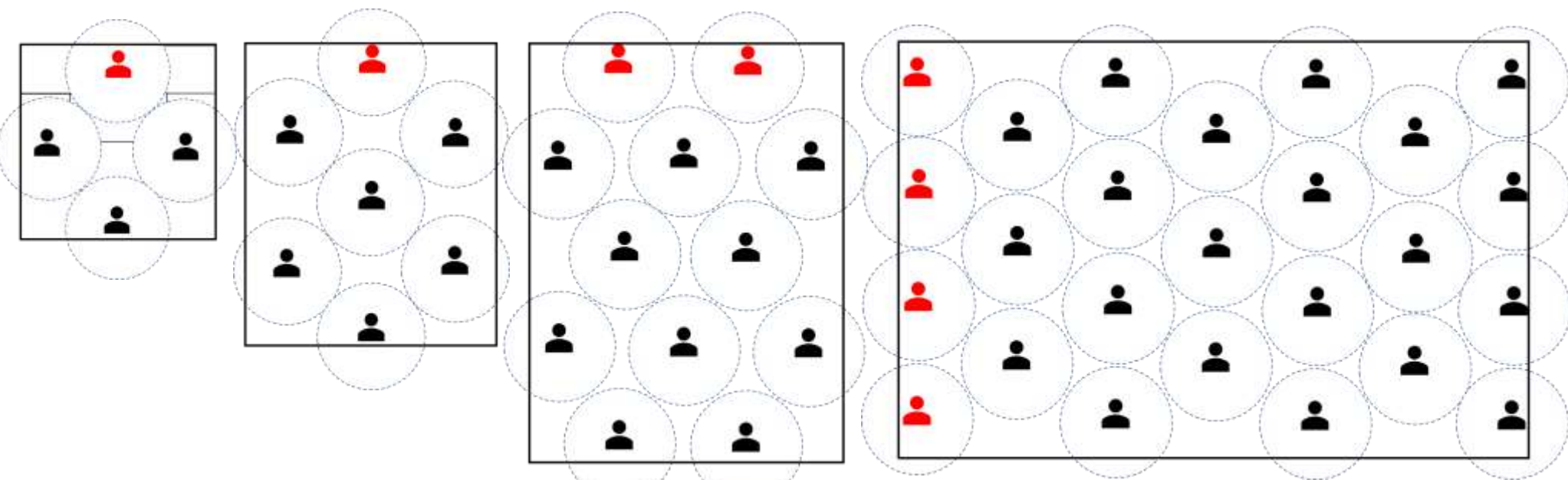


(参考) レベル2・3の地域 68.9㎡ (20人)



(参考) レベル1の地域 68.9㎡ (40人)

- ☑参加者間のソーシャルディスタンスをとる（2 m以上の間隔をあける）
- ☑今までと同様の参加人数が利用できるか検討し、「通いの場」の会場の広さに応じた参加者等とする
- ☑会場のこまめな換気の徹底（可能であれば2方向の窓を同時に開けること）



8畳間
レベル3：4人
レベル2：5人

30㎡ (15人)
レベル3：7人
レベル2：9人

50㎡ (30人)
レベル3：12人
レベル2：17人

96㎡ (60人)
レベル3：25人
レベル2：31人



感染拡大防止のため、配慮が必要

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(3) 「密接」の場面への対応（マスクの着用）

①マスクの着用について

「通いの場」活動においては、近距離での会話や発声等が必要な場面も生じうることから、飛沫を飛ばさないよう、参加者等及び運営スタッフは、基本的には常時マスクを着用することが望ましいと考えられます。



ただし、気候の状況等により、熱中症などの健康被害が発生する可能性が高いと判断した場合は、マスクを外してください。その際は、換気や参加者等の間に十分な距離を保つなどの配慮をお願いします。

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(3) 「密接」の場面への対応（マスクの着用）

① マスクの着用について

また、体操など身体を動かす活動をする場合におけるマスクの着用は必須ではありません。配慮事項等については別添資料2（事務連絡「学校の体育の授業におけるマスク着用の必要性について」（令和2年5月21日））を参考に「通いの場」での運用時に参照してください。

正しいマスクの着用



① 鼻と口の両方を
確実に覆う



② ゴムひもを
耳にかける



③ 隙間がないよう
鼻まで覆う

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(3) 「密接」の場面への対応（マスクの着用）

②マスクの取扱いについて

マスクを外す際には、ゴムやひもをつまんで外し、手指にウイルス等が付着しないよう、なるべくマスクの表面には触れず、内側を折りたたんで清潔なビニールや布等に置くなどして清潔に保ちます。

マスクを廃棄する際も、マスクの表面には触れずにビニール袋等に入れて、袋の口を縛って密閉してから廃棄します。

1. 保健管理などに関すること

3. 集団感染のリスクへの対応

(3) 「密接」の場面への対応（マスクの着用）

③布製マスクの衛生管理について（布製マスクの洗い方）

布製マスクは1日1回の洗濯により、おおむね1か月の利用が可能です。経済産業省が、洗い方に関する動画をインターネット上に掲載しています。

(YouTube metichannel「布マスクをご利用のみなさまへ」)

(検索方法) ・YouTubeから「布マスクをご利用のみなさまへ」で検索して下さい。

<https://www.youtube.com/watch?v=AKNNZRRo74o>

④手作りマスクの作成について

手作りマスクの作成方法については、文部科学省ホームページ上の「子供の学び応援サイト」も参考にしてください。

https://www.mext.go.jp/a_menu/ikusei/gakusyushien/mext_00460.html

1. 保健管理などに関すること

4. 重症化の高い医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者への対応等（利用停止等の扱い）について

参加者等の感染が判明した場合又は参加者等が濃厚接触者に特定された場合には、「通いの場」において、当該参加者等に対し、利用停止の措置を取ること。なお、後者の場合において、利用停止の措置をとる場合の利用停止の期間の基準は、感染者と最後に濃厚接触をした日から起算して2週間とする。また、参加者等に発熱等の風邪の症状がみられるときは、自宅で休養するよう指導すること。

なお、医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者等が感染予防のために欠席する場合に関しては、この「重症化の高い医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者等への対応等について」を参照してください。利用停止の指示等を行った場合においては、当該参加者等が「通いの場」などの介護予防事業を十分に受けることができないことによって、2次的な健康被害が生じることのないよう、必要な措置を講じること等にも配慮すること。

1. 保健管理などに関すること

4. 重症化の高い医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者への対応等（利用停止等の扱い）について

(1) 参加の判断

医療的配慮を必要とする参加者等（以下、「医療的配慮者」という。）の状態は様々であるが、医療的配慮者の中には、基礎疾患や呼吸の障害を有するもの者も多く、重症化リスクが高いことから、医療的配慮者が在籍する通いの場においては、地域の感染状況を踏まえ、かかりつけ医などに必要に応じて相談の上、医療的配慮者の状態等に基づき個別に参加の判断をすること。その際、医療的配慮者が利用する「通いの場」においては、「通いの場」での受入れ体制も含め、かかりつけ医に相談します。

また、基礎疾患等があることにより重症化するリスクが高い参加者等（以下、「基礎疾患配慮者」という。）についても、主治医の見解を家族者に確認の上、利用の判断をします。

1. 保健管理などに関すること

4. 重症化の高い医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者への対応等（利用停止等の扱い）について

（1）参加の判断

このほか、自力での来所が困難な医療的参加者等における障害のある参加者等については、指導の際に接触が避けられなかったり、多くの参加者が送迎車等で一斉に来所したりすることもあることから、こうした事情や、参加者等の障害の種類や程度等を踏まえ、適切に対応します。

（注）重症化のリスクが高い方について

糖尿病，心不全，呼吸器疾患（COPD等）の基礎疾患がある方，透析を受けている方，免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方では，新型コロナウイルス感染症が重症化しやすいとされています。

（出典：厚生労働省「新型コロナウイルスに関する Q&A（医療機関・検査機関の方向け）（令和2年3月11日版）」の、「問 19 基礎疾患のある患者について、診療を行う上での留意点はありますか？」の回答から抜粋）

1. 保健管理などに関すること

4. 重症化の高い医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者への対応等（利用停止等の扱い）について

（2）家族から感染が不安で休ませたいと相談があった場合

まずは、家族から欠席させたい事情をよく聴取し、「通いの場」で講じる感染症対策について十分説明するとともに、「通いの場」運営の方針についてご理解を得るよう努めてください。

その上で、新型コロナウイルス感染症については現時点で未だ解明されていない点も多いなどの特性に鑑み、例えば、感染経路の分からない患者が急激に増えている地域であるなどにより、感染の可能性が高まっていると家族が考えるに合理的な理由があると運営責任者が判断する場合には、柔軟な取り扱いも可能です。

1. 保健管理などに関すること

4. 重症化の高い医療的ケアが日常的に必要な参加者等や基礎疾患等のある参加者への対応等（利用停止等の扱い）について

（3）施設利用活動における感染対策

「通いの場」再開に当たって、医療的配慮者と接する機会がある運営スタッフにおいては、当分の間、自身の発熱等の風邪症状の確認を徹底し、感染リスクの高い場所に行く機会を減らすなど、一層の感染対策を行うことが求められること。また、他の施設利用活動等に際しては、医療的配慮者の感染リスクを下げるため、共有の物品がある場所や不特定多数の人がいる場所の利用を避けるなど、注意すること。

1. 保健管理等に関すること

5. 運営スタッフの感染症対策

運営スタッフにおいては、参加者と同様、「2. 基本的な感染症対策の実施」を参考に、感染症対策に取り組むほか、飛沫を飛ばさないよう、マスクを着用します。また、毎朝の検温や風邪症状の確認などの健康管理に取り組むとともに、風邪症状が見られる場合は、自宅で休養します。運営スタッフが休みやすい環境を作ることも重要です。

運営スタッフにおける支援体制については、可能な限り他者との間隔を確保（おおむね1～2メートル）し、会話の際は、できるだけ真正面を避けるようにします。

運営スタッフの打合せ等を行う際は、最少の人数にしぼること、換気をしつつ広い部屋で行うことなどの工夫や、全体で情報を共有する必要がある場合は、電子掲示版等を活用すること、また、オンライン会議システム等を活用することが考えられます。

1. 保健管理などに関すること

6. 海外から帰国した参加者等への対応について

帰国した日の過去14日以内に「検疫強化対象地域（※）」に当該地域が検疫強化対象国として追加された日以降の滞在歴がある参加者等又は帰国した日の過去14日以内に「入管法に基づく入国制限対象地域（※）」に滞在歴のある参加者等は、政府の要請に基づく2週間の自宅等での待機を経ていることを確認した上で、健康状態に問題がなければ参加させて構わない。なお、検疫強化対象地域等は今後変更があり得るので最新の情報に注意すること。

（※）「検疫強化対象地域」及び「入管法に基づく入国制限対象地域」（令和2年5月21日現在）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19_qa_kanrenkigyuu_00001.html#Q1-1

1. 保健管理などに関すること

7. 心のケアについて

運営スタッフや地域包括支援センター職員・リハビリテーション専門職等を中心としたきめ細かな健康観察等から、参加者等の状況を的確に把握し、健康相談等の実施等による支援を行うなどして、心の健康問題に適切に取り組むこと。

1. 保健管理などに関すること

8. 感染者，濃厚接触者等に対する偏見や差別について

感染者，濃厚接触者とその家族，この感染症の対策や治療にあたる医療従事者とその家族に対する偏見や差別につながるような行為は，断じて許されないものであり，新型コロナウイルス感染症に関する適切な知識を基に，発達段階に応じた指導を行うことなどを通じ，このような偏見や差別が生じないようにすること。

(参考) 「新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言」(令和2年3月19日新型コロナウイルス感染症対策専門家会議)(抜粋)

III. 提言等

2. 市民と事業者の皆様へ

(2) 感染者，濃厚接触者等に対する偏見や差別について感染者，濃厚接触者とその家族，この感染症の対策や治療にあたる医療従事者とその家族に対する偏見や差別につながるような行為は，断じて許されません。誰もが感染者，濃厚接触者になりうる状況であることを受け止めてください。報道関係報道関係者におかれましては，個人情報保護と公衆衛生対策の観点から特段の配慮をお願いします。

感染症対策に取り組む医療従事者が，差別等されることのないよう，市民等は高い意識を持つことが求められます。

2. 地域支援事業などに関すること

1. 一斉臨時休止に伴う地域支援事業などの遅れについて

今般の一斉臨時休止に伴い、住民が介護予防事業を十分に受けることができなかったことによって、2次的な健康被害が生じることのないよう、可能な限り、当該年度の介護予防事業内で補充のための活動や総合事業などに位置付けない活動を考慮すること、自宅での生活不活発病や認知症などの予防対策を適切に課すこと等の必要な措置を講じるなど配慮すること。

とりわけ、総合事業対象者などの利用に対して措置を講じる必要性が高い場合については、当該参加者等の「通いの場」などの利用状況を関係機関と共有するとともに、実態に応じた必要な措置を講じるなどの対応を検討いただきたいこと。

2. 地域支援事業などに関すること

2. 「通いの場」などの活動における感染症対策等に関すること

「通いの場」などの指導においても、本「通いの場」運営ガイドに示す感染症対策を講じるとともに、それでもなお感染の可能性が高い一部の活動内容などにおいては、活動方法の変更の工夫などが考えられること。

各活動における「感染症対策を講じてもなお感染のリスクが高い活動」として、以下のような活動が挙げられます。

（「★」はこの中でも特に感染のリスクの高いもの）

- 各活動等に共通する活動として「参加者等が長時間、近距離で対面形式となるグループワーク等」及び「近距離で一斉に大きな声で話す活動」（★）
- 料理教室における「参加者同士が近距離で活動する調理実習など」
- カラオケ教室やお話会における「室内で参加者等が近距離で行うカラオケやおしゃべりなど」（★）
- お絵描き、工芸における「参加者同士が近距離で活動する共同制作等の活動」

2. 地域支援事業などに関すること

2. 「通いの場」などの活動における感染症対策等に関すること

- 体操など身体を動かす活動をする場合「参加者等が密集する運動や器具機械を共有する活動」（★）や「近距離で組み合ったり接触したりする運動」（★）

【レベル3 地域】

上記の活動は、「感染症対策を講じてもなお感染のリスクが高い」ことから、行わないようにします。

【レベル2 地域】

上記の活動は、可能な限り感染症対策を行った上で、リスクの低い活動から徐々に実施することを検討します。すなわち、これらの活動における、参加者等の「接触」「密集」「近距離での活動」「向かい合っでの発声」について、可能なものは避け、一定の距離を保ち、同じ方向を向くようにし、また回数や時間を絞るなどして実施します。この場合にも、（★）を付した活動については特にリスクが高いことから、実施について慎重に検討します。

3. 「通いの場」の実施に関すること

1. 「通いの場」の行事活動などに関すること

「通いの場」での多数の参加者による行事活動に際しては、令和2年3月9日の専門家会議で示されている3つの条件が重なることのないよう、3密を回避し、地域の感染状況等も踏まえ、それぞれの「通いの場」における行事活動の特徴に応じて感染拡大防止の措置や開催方式の工夫等の措置を講じたり、延期したりする等の対応を行い感染拡大防止の対策を講じること。

特に、施設外の外出活動（小旅行など）については、その「通いの場」の意義や参加者等の心情等にも配慮いただき、当面の措置として取り止める場合においても、中止ではなく延期扱いとすることを検討いただくなどの配慮をお願いしたいこと。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

活動の実施においては、地域の感染状況等も踏まえ、「新しい生活様式」に沿いながら令和2年3月9日の専門家会議で示されている3つの条件が重ならないよう、実施内容や方法を工夫すること。また、活動は、参加者等の自主的、自発的な参加により行われる活動であるが、参加者等の健康・安全の確保のため、運営スタッフだけに任せるのではなく、市区町村担当者やリハビリテーション専門職等が活動の実施状況を把握すること。

参加者等に手洗いや咳エチケットなどの基本的な感染症対策を徹底させるとともに会場等の利用に当たっては、短時間の利用としたり一斉に利用しないなどに留意するよう指導すること。

また、参加者等に発熱等の風邪の症状が見られる時は、活動への参加を見合わせ、自宅で休養するよう指導すること。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

- できるだけ個人の教材教具や運動用具などを使用し、参加者同士の貸し借りはしないこと。
- 器具や用具を共用で使用する場合は、使用前後の適切な消毒や手洗いを行わせること。
- 体操など身体を動かす活動に関し、医療的配慮者及び基礎疾患配慮者の場合や、家族から感染の不安により活動への参加を控えたい旨の相談があった場合等は、活動への参加を強制せずに、参加者や家族の意向を尊重すること。また、体操など身体を動かす活動等は、感染者が発生していない「通いの場」であっても、参加者等や運営スタッフの生活圏（日常的な生活活動の行動範囲等）におけるまん延状況を踏まえて、活動の中止を判断すること。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

- 体操など身体を動かす活動は、当面の間、地域の感染状況にもよるが、可能な範囲で屋外での実施も検討すること。ただし気温が高い日などは、熱中症に注意すること。また、体育館など屋内で実施することが可能である場合は、特に呼気が激しくなるような運動は避けること。
- 体操など身体を動かす活動において、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。そのため、マスクの着用については必須ではありませんが、体操など身体を動かす活動における感染リスクを避けるためには、参加者等の間隔を十分確保するなど【事務連絡】を参考に（「学校の体育の授業におけるマスク着用の必要性について」「令和2年度の熱中症予防行動について」（令和2年5月21日・5月26日））を踏まえた取扱いとしてください。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

- 夏期の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなるおそれがあります。このため、屋外で人と十分な距離（少なくとも2 m以上）が確保できる場合には、熱中症のリスクを考慮し、マスクをはずすようにしましょう。

※屋内運動施設での運動は、新型コロナウイルス感染症のクラスター（集団感染）のリスクが高いことから、お住まいの自治体の情報に従いましょう。

- マスクを着用している場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心掛けるようにしましょう。また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、適宜、マスクをはずして休憩することも必要です。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

- 新型コロナウイルス感染症を予防するためには、冷房時でも換気扇や窓開放によって換気を確保する必要があります。この場合、室内温度が高くなるので、熱中症予防のためにエアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。
- 日頃の体温測定、健康チェックは、新型コロナウイルス感染症だけでなく、熱中症を予防する上でも有効です。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養するようにしましょう。
- 3密（密集、密接、密閉）を避けつつも、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者への目配り、声掛けをするようにしましょう。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること（従来からの熱中症予防行動の徹底）

- 暑さを避けましょう。
 - ▶ 室内の温度・湿度をこまめに確認し、適切に管理しましょう。
 - ▶ 外出時は天気予報や「暑さ指数（WBGT）」を参考に、暑い日や時間帯を避け、無理のない範囲で活動しましょう（WBGT は環境省ウェブサイトで提供：<https://www.wbgt.env.go.jp/>）。
 - ▶ 涼しい服装を心掛け、外に出る際は日傘や帽子を活用しましょう。
 - ▶ 少しでも体調に異変を感じたら、涼しい場所に移動し水分を補給してください（急に暑くなった日や、久しぶりに暑い環境で身体を動かす際には特に注意が必要です。）。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること（従来からの熱中症予防行動の徹底）

- こまめに水分補給をしましょう。
 - ▶ のどが渇く前に、こまめに水分補給をしましょう（一般的に、食事以外に1日当たり1.2Lの水分の摂取が目安とされています。）。
 - ▶ 激しい運動、作業を行ったとき、多くの汗をかいたときは塩分も補給しましょう。
- 暑さに備えた体作りをしましょう。
 - ▶ 暑くなり始めの時期から適度に運動（「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で、毎日30分程度）を心掛け、身体が暑さに慣れるようにしましょう（暑熱順化）（※ただし、その際は水分補給を忘れずに、無理のない範囲で実施してください。）。
 - ▶ ※特に、熱中症になりやすい高齢者、子ども、障害者の方々は、より注意する必要があります。周囲の方からも積極的な声掛けをお願いします。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する



2 適宜マスクをはずしましょう

- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を



3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

3 こまめに水分補給しましょう

- ・のどが渇く前に水分補給
- ・1日あたり1.2リットルを目安に
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに



4 日頃から健康管理をしましょう

- ・日頃から体温測定、健康チェック
- ・体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養



5 暑さに備えた体作りをしましょう

- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度



高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。
3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

市区町村（行政）は、地域の感染状況を踏まえつつ、上記の「感染症対策を講じてもなお感染のリスクが高い集う活動」についての各「通いの場」における実施状況を把握し、仮に感染症対策が十分でないと判断する場合には、必要な指導・助言を行うとともに、地域内の他の「通いの場」にも注意喚起を行うこと。

【レベル1地域】

上記の「感染症対策を講じてもなお感染のリスクが高い集う活動」については、可能な限り感染症対策を行った上で実施することを検討します。

その際には、レベル2地域における留意事項も、可能な範囲で参照します。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

なお、要支援者等における自立活動については、リハビリテーション専門職と参加者や参加者同士が接触するなど、感染リスクが高い集う活動も考えられます。個別の支援計画に基づく自立活動の一つ一つの具体的な支援内容について、実施の要否や代替できる支援内容について検討するなどの見直し等を行い、適切な配慮を行った上で実施してください。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

地域の感染状況に応じて以下の通り取り組みます。

【レベル3 地域】

可能な限り感染及びその拡大のリスクを低減させながら，なるべく個人での活動とし，少人数で実施する場合は十分な距離を空けて活動します。密集する運動や近距離で組み合ったり接触したりする場面が多い活動，向かい合って発声したりする活動は行わないようにします。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること

【レベル2 地域】

可能な限り感染症対策を行った上で、リスクの低い活動から徐々に実施することを検討します。密集する運動や近距離で組み合ったり接触したりする場面が多い活動、向かい合って発声したりする活動の実施は慎重な検討が必要です。

なお、相当の期間において感染者が確認されていない地域にあっては、可能な限り感染症対策を行った上で通常の活動に移行することが考えられます。他方、直近の一週間において感染者が確認されている地域にあっては、より慎重な検討が必要です。

【レベル1 地域】

可能な限り感染症対策を行った上で通常の活動を行います。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること（全体を通じての留意事項）

- 運動不足の参加者等もいると考えられるため、参加者等の怪我防止には十分に留意すること。また、参加者等に発熱等の風邪の症状が見られる時は、各種活動への参加を見合わせ、自宅で休養するよう指導すること。
- 参加者等の健康・安全の確保のため、運営スタッフだけに任せるのではなく、市町の担当者やリハビリテーション専門職等が活動状況を確認すること。
- 活動時間や休止日については、本「通いの場」運営ガイドに準拠するとともに、実施内容等に十分留意すること。特に分散開催を実施する「通いの場」では、「通いの場」運営ガイドよりも短い時間の活動にとどめるなど、分散開催の趣旨を逸脱しないよう限定的な活動とすること。

3. 「通いの場」の実施に関すること

2. 各活動などに関すること（全体を通じての留意事項）

- 活動場所については、地域の感染状況にもよるが、可能な場合屋外や広い会場で実施することが望ましいこと。ただし屋外の場合、気温が高い日などは、熱中症に注意すること。体育館など広い屋内で実施することがある場合は、こまめな換気や消毒液の使用（消毒液の設置、参加者等が手を触れる箇所の消毒）を徹底すること。また、長時間の利用を避け、十分な身体的距離を確保できる少人数による利用とすること。特に、屋内において多数の参加者等が集まり呼気が激しくなるような運動や大声を出すような活動等は絶対に避けること。
- 用具等については、使用前に消毒を行うとともに、参加者間で不必要に使い回しをしないこと。
- 会場の利用については、短時間の利用とし一斉に利用することは避けること。

3. 「通いの場」の実施に関すること

3. 食事会などに関すること

会食や茶話会など飲食を伴う活動をする場合は、衛生管理を順守し調理作業や配食等を行うよう改めて徹底すること。

食事や配食を行う参加者及び運営スタッフは、下痢、発熱、腹痛、嘔吐等の症状の有無、衛生的な服装をしているか、手指は確実に洗浄したか等、配食の活動が可能であるかを毎回点検し、適切でない場合は担当を代えるなどの対応をとること。

- 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。
- 会食では、飛沫を飛ばさないよう、例えば、机を向かい合わせにしない、または会話を控えるなどの対応が考えられること。
- 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、適切に洗浄消毒するなど特段の対応を図ること。

3. 「通いの場」の実施に関すること

3. 食事会などに関すること

食事会は、参加者等の健康のため低栄養を予防する重要な機能である一方、感染のリスクが高い活動でもあります。レベル3の地域にあっても、臨時休止期間中に工夫を凝らし栄養サポートに取り組んでいる自治体の例などを参考に、配食事業所や専門職、地域ボランティア等の人的資源を最大限活用することなどにより、いかに参加者等の適切な栄養摂取や食生活を支援できるかということについて、感染リスクにも配慮しつつ積極的に検討することが望まれます。

3. 「通いの場」の実施に関すること

3. 食事会などに関すること

【レベル3地域】

通常の提供方法による食事会の実施は原則として困難ですが、適切な栄養摂取ができるよう、配膳の過程を省略できる品数の少ない献立（例えば、主菜と具沢山の汁物等）を提供することや、調理場において弁当容器等に盛り付けて提供することなどの工夫が考えられます。それらが困難な場合には、少なくとも配膳を伴わない簡易な給食（パン、牛乳等）を提供することも考えられます。

また、持ち帰りや配布を含めた食事支援の工夫について、家族の希望や同意及び地域の実情を踏まえ検討してください。

3. 「通いの場」の実施に関すること

3. 食事会などに関すること

【レベル2 地域】

通常の食事会の提供方法に徐々に戻していくとともに、地域で感染者が確認された場合には、警戒度合を上げ、レベル3の対応に戻すなど柔軟に対応してください。

【レベル1 地域】

衛生管理を徹底した上で、通常の食事会の提供方法を開始します。

3. 「通いの場」の実施に関すること

4. 清掃活動

清掃活動は、会場内の環境衛生を保つ上で重要である一方で、共同作業を行うことが多く、また共用の用具等を用いるため、換気のよい状況で、マスクをした上で行うようにします。掃除が終わった後は、できる限り液体石けんを使用して流水で手洗いを行うようにします。

3. 「通いの場」の実施に関すること

5. 休憩時間

休憩時間中の参加者等の行動には、運営スタッフの目が必ずしも届かないことから、参加者本人に感染症対策の考え方を十分理解させるとともに、地域の感染状況及び「通いの場」の状況に応じて、休憩時間中の行動についての必要なルールを設定することなども含めて、指導の工夫が必要です。

【レベル3地域・レベル2地域】

トイレ休憩については混雑しないよう導線を示して実施します。また、廊下で滞留しないよう、私語を慎むなどの指導の工夫が必要です。

【レベル1地域】

上記のレベル2以上の地域の取り組みを踏まえ、徐々に制限を緩和するとともに、会話をする際にも、一定程度距離を保つこと、お互いの体が接触するような行動は行わないよう指導します。

3. 「通いの場」の実施に関すること

6. 来所・退所時

来所・退所時には、前記の「休憩時間」と同様、運営スタッフの目が届きづらいことに加えて、特に公共交通機関や送迎車への乗車中は、状況によっては「3つの密」が生じうることを踏まえ、以下のような工夫や指導が必要です。

- 来所・退所時については、施設や玄関口等での密集が起こらないよう来所・退所の時間帯を分散させる。
- 集団で来所や帰宅を行う場合には密接とならないよう指導します。
- 公共交通機関をやむを得ず利用する場合には、マスクを着用する、乗降・帰宅後は速やかに手を洗う、顔をできるだけ触らない、触った場合は顔を洗うなどして、接触感染対策などの基本的対策を行うほか、できるだけ他の乗降者が少ない時間帯に利用できるようにするなどの配慮を検討します。

3. 「通いの場」の実施に関すること

6. 来所・退所時

送迎車を利用するに当たっては以下のことが考えられます。

- 利用者の状況に配慮しつつ、定期的に窓を開け換気を行うこと
- 乗車前に、家庭において検温し、発熱が認められる者は乗車を見合わせる
- 可能な範囲で運行方法の工夫等により、過密乗車を避けること
- 利用者の座席を離し、それが難しい場合は、会話を控えることやマスクの着用について徹底すること
- 利用者に手洗いや咳エチケット等を徹底すること
- 多くの利用者が触れるドアノブ等を消毒すること

3. 「通いの場」の実施に関すること

7. 運営スタッフの活動に関すること

運営スタッフにおいては、参加者と同様、「第1章2節. 基本的な感染症対策の実施」を参考に、感染症対策に取り組むほか、飛沫を飛ばさないよう、マスクを着用します。また、毎朝の検温や風邪症状の確認などの健康管理に取り組むとともに、運営スタッフ本人が罹患した場合や風邪症状が見られる場合は、自宅で休養し、運営スタッフが休みやすい環境を作ることも重要です。

また、濃厚接触者であるなど当該運営スタッフが通いの場のサポートをすることにより感染症が蔓延する恐れがある場合にもサポート活動をさせないようにすることなど適切な取扱いを行うこと。

3. 「通いの場」の実施に関すること

7. 運営スタッフの活動に関すること

運営スタッフにおける支援体制については、密集性を回避し感染を防止する観点等から可能な限り他者との間隔を確保（おおむね1～2メートル）し、会話の際はできるだけ真正面を避けるようにします。

運営スタッフの打合せ等を行う際は、最少の人数にしぼること、換気をしつつ広い部屋で行うことなどの工夫や、全体で情報を共有する必要がある場合は、電子掲示版等を活用すること、また、オンライン会議システム等を活用することが考えられます。

3. 「通いの場」の実施に関すること

8. リハビリテーション専門職の支援活動に関すること

- ▶年間回数が決められている場合，自粛期間後で支援活動の対応が可能か（支援頻度や人員の対応の可否）

- ▶出務を受けるリハビリテーション専門職関係機関（団体）の各施設の課題
 - 施設での感染予防のためスタッフの院内外での活動に制限がでている
 - 施設自体の業務も制限されている（訪問・通所，外来）
 - 感染症指定医療機関のスタッフの対応
 - 施設の体制の立て直しで，従来同様の支援スタッフの派遣が困難である など

3. 「通いの場」の実施に関すること

8. リハビリテーション専門職の支援活動に関すること

➤ 具体的な支援活動の内容の検討

- 「新しい生活様式」にそった支援活動の検討
- 在宅勤務者（育児休業中など）の協力者によるテレワークによる個別指導
- 参加対象者のトリアージを行い出務可能な範囲で個別評価のみ行う など

➤ 具体的な派遣支援方法について

- 県から病院協会や各医療機関・施設宛に再開における協力依頼等を行い、計画的に必要な最小限の派遣支援にて、効果的効率的に行政や住民との協働を行う。

4. 感染が広がった場合における対応について

新型コロナウイルス感染症は、当分の間、常に再流行のリスクが存在します。このため、緊急事態宣言の対象地域から除外された地域であっても、引き続き流行への警戒を継続し、地域における感染者が増加した場合に備えて流行の監視体制を強化するとともに、その場合の「通いの場」における対応について想定・準備を進めておくことが重要です。

また、感染者及びその家族等への差別・偏見・誹謗中傷などはあってはならないことであり、これらが生じないよう十分に注意を払いますが、万が一これらの行為が見られた場合には、その被害者に対して十分なサポートを行う必要があります。

4. 感染が広がった場合における対応について

1. 市区町村（行政）の衛生主管部局との連携による地域の感染状況の把握

基本的対処方針において、都道府県は、「通いの場」設置団体などに対し、地域の感染状況や「通いの場」関係者の感染者情報について速やかに情報共有を行うこととされています。これを踏まえ、「通いの場」設置団体などは、市区町村（行政）等の衛生主管部局と連携して、地域の感染状況を把握することが重要です。

4. 感染が広がった場合における対応について

2. 「通いの場」において感染者等が発生した場合の対応について

(1) 参加者等や運営スタッフの感染者が発生した場合

① 「通いの場」等への連絡

参加者等や運営スタッフの感染が判明した場合には、医療機関から本人（や家族）に診断結果が伝えられるとともに、医療機関から保健所にも届出がなされます。「通いの場」には、通常、本人（や保護者）から、感染が判明した旨の連絡がされることとなります。

感染者本人への行動履歴等のヒアリングは、保健所が行うこととなります。

また、保健所が「通いの場」において、感染者の行動履歴把握や濃厚接触者の特定等のための調査を行う場合には、「通いの場」や地域包括支援センター（行政）も協力してください。

4. 感染が広がった場合における対応について

2. 「通いの場」において感染者等が発生した場合の対応について

(1) 参加者等や運営スタッフの感染者が発生した場合

②感染者や濃厚接触者等の参加停止

参加者等の感染が判明した場合又は参加者等が感染者の濃厚接触者に特定された場合には、各「通いの場」において、当該参加者等に対し、参加停止の措置を取ります。なお、濃厚接触者に対して参加停止の措置をとる場合の参加停止の期間の基準は、感染者と最後に濃厚接触をした日から起算して2週間とします。感染者や濃厚接触者が運営スタッフである場合には、活動支援をさせない扱いとします。

③施設内の消毒

参加者等や運営スタッフの感染が判明した場合には、保健所と連携し、当該感染者が活動した範囲の物品を消毒します。その際、本「通いの場」運営ガイドの「消毒」の項目を参考としてください。

4. 感染が広がった場合における対応について

2. 「通いの場」において感染者等が発生した場合の対応について

(2) 「通いの場」内で体調不良者が発生した場合の対応

「通いの場」内で、発熱等の風邪症状が発生した場合には、当該参加者等を安全に帰宅させ、症状がなくなるまでは自宅で休養するよう指導します。

なお、特に高齢の参加者等について、安全に帰宅できるまでの間、「通いの場」にとどまる必要があるケースもありますが、その場合には、他の者との接触を可能な限り避けられるよう、別室で待機させるなどの配慮をします。

4. 感染が広がった場合における対応について

3. 臨時休止の判断について

(1) 「通いの場」で感染者が発生した場合の臨時休止について

参加者等や運営スタッフの感染が確認された場合、市区町村（行政）は、濃厚接触者が保健所により特定されるまでの間、「通いの場」の全部または一部の臨時休止を実施します。その後、運営団体責任者は、感染した参加者等や、保健所の調査により濃厚接触者に該当すると判断された参加者等について、参加停止の措置を取ります。感染者や濃厚接触者が運営スタッフである場合は、自宅待機などにより支援活動をさせない扱いとします。これにとどまらず、「通いの場」の設置者（市区町村）が、地域支援事業における「通いの場」の全部または一部の臨時休止を行うのは、保健所の調査やかかりつけ医の助言等により、感染者の「通いの場」内での活動の状況や地域の感染拡大の状況を踏まえ、「通いの場」内で感染が広がっている可能性が高いと判断された場合です。「通いの場」内の感染拡大の可能性が高い範囲に応じて、活動グループ単位、利用日単位又は「通いの場」全体の臨時休止とすることが適当です。

4. 感染が広がった場合における対応について

3. 臨時休止の判断について

(1) 「通いの場」で感染者が発生した場合の臨時休止について

このような判断は、一般的には次の事項を考慮して検討されます。

① 「通いの場」における活動の態様

感染者が、「通いの場」内でどのような活動を行っていたか。屋外で主に活動していた場合と、狭い室内で特定の少人数で過ごしていた場合、不特定多数との接触があり得た場合など、活動の態様によって感染を広めているおそれは異なります。

② 接触者の多寡

上記「①」と同様、不特定多数との接触があった場合などは感染を広めているおそれが高まります。

4. 感染が広がった場合における対応について

3. 臨時休止の判断について

(1) 「通いの場」で感染者が発生した場合の臨時休止について

③地域における感染拡大の状況

地域において、感染者が出ていない場合や、地域における感染経路がすべて判明していて、「通いの場」関係者とは接点が少ない場合などには、「通いの場」の臨時休止を実施する必要性は低いと言えます。

④感染経路の明否

「通いの場」内で感染者が複数出た場合、「通いの場」内で感染した可能性もあり、臨時休止を実施する必要性は高まります。一方、感染経路が判明しており、「通いの場」外で感染したことが明らかであって、他の参加者等に感染を広めているおそれが低い場合には、「通いの場」の臨時休止を実施する必要性は低いと考えられます。

4. 感染が広がった場合における対応について

3. 臨時休止の判断について

(2) 感染者が発生していない「通いの場」の臨時休止について

地域の感染状況が悪化し、感染経路不明の感染者が多数発生しているような地域では、地方自治体の首長がアラートを発し、地域内の社会経済活動を一律に自粛することがあります。このような局面では、感染者が出ていない「通いの場」であっても、臨時休止を行う場合があります。その際設置者（市区町村・団体）は、臨時休止の要否について、参加者等や運営スタッフの生活圏（参加者、運営スタッフ及び家族の通所・通勤圏や、日常的な行動範囲等）におけるまん延状況により判断することが重要です。

4. 感染が広がった場合における対応について

3. 臨時休止の判断について

(2) 感染者が発生していない「通いの場」の臨時休止について

レベル3の地域では、このように、地域や生活圏の感染状況を踏まえた臨時休止を行う場合もありますが、レベル1及びレベル2の地域においては、基本的には、地域一律の臨時休止を行う必要性は低いと考えられます。

なお、臨時休止を行う場合であっても、参加者等の健康を保障する観点から、分散開催による任意の開催日（自主参加日）を設けることなどにより、感染リスクを可能な限り低減しつつ、参加の機会を設ける工夫を行うことが期待されます。

5. 要介護認定者等において特に留意すべき事項について

介護保険の通所系サービスにおいては、前項までに述べた感染症対策を参照するとともに、要介護認定者等の事情を考慮し、以下の事項に留意しましょう。

1. 要介護認定者等は心身機能が低下してるものもいることから、

- 要介護認定者等が自ら正しいマスクの着用、適切な手洗いの実施、物品の衛生的な取扱い等の基本的な衛生対策を十分に行うことは難しいため、施設スタッフが援助や配慮をするとともに、要介護認定者自身が自分でできるようになっていくために十分な時間を確保すること。なお、要介護認定者等については、マスク着用によって息苦しくないかどうかについて、施設スタッフ及び家族は十分に注意すること。
- 認知症を有する要介護認定者等は教えられて身に付く病態ではないことがあるため、要介護認定者等が感染症予防の必要性を理解できるよう説明を工夫すること。等の配慮等が考えられます。

5. 要介護認定者等において特に留意すべき事項について

2. 介護保険の通所系サービスはレクリエーションを通しての総合的な指導を行っている場合もあり，他の要介護認定者等との接触や機械器具等の共有等が生じやすいことから，

- 通所系サービスでは，要介護認定者等の興味や関心に応じたレクリエーション活動を重視しているが，感染リスクを踏まえ，要介護認定者等が活動したくなる拠点の分散，要介護認定者同士が向かい合わないようなレクリエーション道具等の配置の工夫や施設スタッフの支援を行うこと。
- 活動のタイムスケジュールがない場合，要介護認定者等が主体的に様々な場所で活動している実態を踏まえ，適時，手洗いや手指の消毒ができるよう配慮すること。
- 要介護認定者等がレクリエーションを楽しみつつも，接触等を減らすことができるよう，活動方法を工夫すること。
- 要介護認定者等が歌を歌う際にはできる限り一人一人の間隔を空け，人がいる方向に口が向かないようにすること。 等の実施上の工夫・配慮等が考えられます。

5. 要介護認定者等において特に留意すべき事項について

3. 通所施設への送り迎えは、家族同士が密接とならないように配慮するとともに、施設スタッフと家族間の連絡事項は掲示板を活用するなどして会話を減らす工夫をします。

6. 「通いの場」活動再開準備手順

1. 衛生用品の準備

2. 安全管理

3. 参加者などへの配慮

4. 関係機関への事前調整

5. 「通いの場」の準備

6. 「通いの場」の集う前

7. 「通いの場」の活動中

8. 「通いの場」の終了後

6-1. 衛星用品の準備：「通いの場」運営用の準備

液体石けん → 流水での手洗い

アルコール消毒液 → 手指・物の消毒

除菌シート → 清掃（環境整備）

次亜塩素酸ナトリウム液（0.05%） → ドアノブ等の清掃

消毒液を入れる容器 → 作った消毒液用（消毒薬の持ち運び）

体温計 → 体調チェック（健康管理）

ペーパータオル → 清掃，手拭き



準備に時間を要する衛生用品には注意

担当者：

準備完了予定日：

6-1. 衛星用品の準備：「通いの場」運営用の準備

【代替方法・備考】

- 参加者（住民）個人の衛生用品（マスク等）は持参を基本として周知する。
- 除菌シートが入手できなければ、布やペーパータオルに消毒液を浸したもので代用する。
- ペーパータオルはキッチンペーパーでも代用できる。手洗い場での布タオルの共用は厳禁。
- 電子体温計は必ずアルコール消毒してから使用する。
- ゴミ袋に関しては、大・中・小の種類を準備し、参加者が共同のごみ箱を常に使用することを避ける。
- 界面活性剤（台所用洗剤等）も消毒に使用できる。
- 0.05%次亜塩素酸ナトリウム消毒液を作成する場合、次亜塩素酸ナトリウム液（台所漂白剤等）を原液とする。作成した消毒液は必ず内容を明記した容器等に入れ、作り置きをしない。

以下の資料が参考になる。

防衛省統合幕僚監部「新型コロナウイルスから皆さんの安全をまもるために」

https://www.mod.go.jp/js/Activity/Gallery/images/Disaster_relief/2020covid_19/2020covid_19_guidance1.pdf 15-21頁



- 次亜塩素酸ナトリウム液の濃度は、目的別に0.1%と0.05%使い分ける。
吐物や便処理，体液が付いた衣類の消毒：0.1%次亜塩素酸ナトリウム液
ドアノブや床，調理器具等の消毒：0.05%次亜塩素酸ナトリウム液
- 薬剤等の扱いに関しては、使用上の注意をよく読み安全に留意して使用する。
- いずれの品目も、「通いの場」の規模から必要数量を事前に概算して準備する。
- 市区町村（行政）などと、準備・備蓄の状況や方法についてこまめに情報交換しておく。また、都道府県の支援制度等を確認する。

6-1. 衛生用品の準備：「通いの場」運営スタッフ用の準備

使い捨て手袋

マスク

足踏み式ごみ箱／蓋付き

ゴミ袋

フェイスシールドやゴーグル
(無ければ、眼鏡などで代用も考慮) → 目の粘膜保護

長袖ガウン・ビニールエプロン → 感染予防

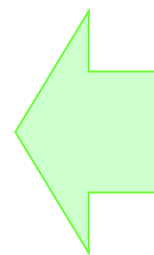
感染予防



衛生用品の廃棄



食事を
提供する場合



運営スタッフの感染予防のため個人任せにしない

担当者：

準備完了予定日：

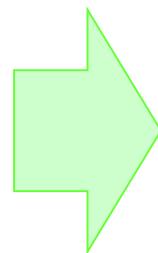
6-1. 衛生用品の準備：「通いの場」運営スタッフ用の準備

【代替方法・備考】

- マスクは常時着用する。
- 使い捨て手袋は参加者（住民）等の方が触れる場所での作業時（清掃，物資・食事の配布等）に着用する。
- 使い捨て手袋は汚れたとき・破れたとき・一連の作業が終了するごとに交換する。作業場所が変わるときも交換する。
- 足踏み式ゴミ箱（ゴミに直接触れず投棄できる）が入手できなければ，取手付きの蓋を準備／自作し，取手を適宜アルコール等で消毒する。
- フェイスシールドやゴーグルは，食事を提供するときや咳症状がある人との接触時等に手袋・マスクとセットで着用する。ゴーグル等が入手できなければ伊達メガネ等でさしあたり代用が可能。
- 食事を提供する場合，長袖ガウン／ビニールエプロンが無ければ，ビニールのレインコート等を代用する。（できれば再利用はしない）
 - 目的に沿った感染予防策が必要である。第6章2節を参照すること。

6-2. 安全管理：「通いの場」運営スタッフへの説明

- ☑ 感染予防策・衛生用品の説明
- ☑ 手袋・マスクの装着方法
- ☑ 手袋・マスクの脱衣方法
- ☑ 飛沫・接触など
感染経路別リスク・予防策の説明



統一した指針の確立



運営スタッフや参加者（住民）等を守るため、可能であれば保健師や医療機関のICT（感染対策チーム）スタッフなどから事前に指導を受けましょう。

担当者：

説明完了予定日：

6-2. 安全管理：「通いの場」運営スタッフへの説明

【備考】

- 感染予防マニュアルを作成したあと、感染症予防に長けた専門職に確認してもらう。
- マスク・使い捨て手袋・ガウン等は脱ぐ時が一番汚染される。(外側は汚染されているため、触らない)
- 手袋を外した後は、必ずすぐに手洗い、できなければ手指アルコール消毒を行う。

以下の資料が参考になる。

防衛省統合幕僚監部「新型コロナウイルスから皆さんの安全をまもるために」

https://www.mod.go.jp/js/Activity/Gallery/images/Disaster_relief/2020covid_19/2020_covid_19_guidance1.pdf 26-30頁



【運営スタッフへの周知事項① 飛沫感染予防策】

- 体調不良者を他者から離す。(個室，隔離区域，空間を2 m以上分離，本人は区域から出ない)
- マスクを着用する。(本人，接触者も)
- マスクをしている体調不良者との接触前後に手指衛生を行う。
- 症状のある人が，会場から出る時や他者と近づく場合は，マスク（サージカルマスク等）を着用する。

【運営スタッフへの周知事項② 接触感染予防策】

- 体調不良者を他者から離す。(個室，隔離区域，空間を2 m以上分離，本人は区域から出ない)
- 隔離室等で接触して介助等をする人は，マスク，手袋，長袖のガウン，眼の防護具（フェイスシールド又はゴーグル）を着用する。
- マスクをしている体調不良者との接触前後に手指衛生を行う。以下の資料も参考になる。

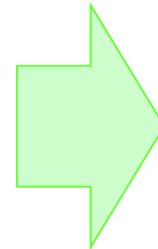
一般社団法人日本環境感染学会「避難所における感染対策マニュアル」

http://qsh.jp/saigai_doc/kansentaisaku_20110324.pdf



6-2. 安全管理：「通いの場」運営スタッフの体調管理体制

- ☑ 運営スタッフの体調管理方法・対応ルール
- ☑ 「通いの場」活動後のルール



安全な運営環境の確立



発熱
咳
倦怠感
息苦しさ など



ポイント

運営スタッフの健康管理について配慮した支援体制にする。

担当者：

体制完了予定日：

6-2. 安全管理：「通いの場」運営スタッフの体調管理体制

【備考】

- 従事前後に、検温や体調のチェックを行う（発熱、咳、倦怠感、息苦しさの有無等）。組織として体調管理方法を決め、体調に変化があった場合には、早期の対応ができるように事前にルールを決めておく。
- 運営スタッフが納得して業務に従事できるよう、丁寧なアフターケア体制を構築する。
例：相談体制、特別休暇、平時業務のサポートなど
- 複数の参加者（住民）と会話するため、個別の対応より感染リスクが高く、ストレスも生じやすい。運営スタッフとして連続した参加は避けるなど、長期戦も見据えた配慮が必要である。

6-3. 参加者などへの配慮：配慮が必要な方への準備

- ☑参加者（住民）等に配慮した啓発用の掲示→多様で細やかな配慮
- ☑参加者（住民）等への情報提供→確実に届く情報提供
- ☑様々な配慮ができるような資源（人，介助用品，衛生用品など）の確保
→生活への支援
- ☑要配慮者として高齢者世帯，独居者への対応→連絡先の情報



高齢者や障害者など，多様な参加者等に対し，適切に配慮ができる準備をする

担当者：

準備完了予定日：

6-3. 参加者などへの配慮：配慮が必要な方への準備

【参加者（住民）等の人権保護】

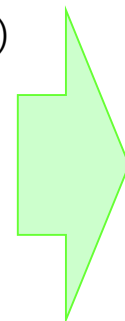
- 感染を恐れるあまり、感染者や感染疑いの方に対する誹謗・中傷等の事例が生じないように、防止策を講じておく。
- ゾーニングや空間上の区別及び参加者等の心身の状態が、差別的な態度に転化しないよう、運営スタッフは言動や行動に注意する。

【要配慮者対応】

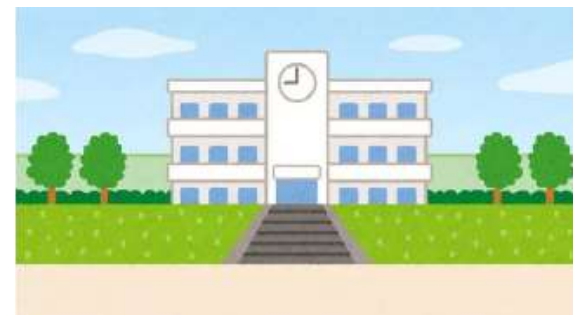
- 常に相談ができるような窓口や相談者を準備しておく。
 - 例えば、普段から参加者（住民）等が相談をしている地域包括センターや相談支援センター等との接点を維持し、感染予防の情報や医療機関へ繋がられるように準備しておく。
- 様々な媒体を使用した情報発信を行う。参加者（住民）等の当事者団体やNPO組織等、参加者（住民）等のコミュニケーションツールを活用する。
- より一層多様な「通いの場」の活動場所（町内の集会場や公民館など）への対応を求められるため、支援や情報の届け方などの準備しておく。
- 「通いの場」へ参加する際には、活動に必要な物（自分で準備が可能な運動用具や食事等）や衛生用品は持参するよう周知する。
- 運営スタッフが必要な感染症対策を講じることができるようにする。
 - 障害者や高齢者の中には、運営スタッフや家族・友人などがいないと「通いの場」での活動が成り立たない人も多いため、参加者等をサポートする者は飛沫・接触感染予防をできるだけ行いつつ援助することが必要であり、そのための衛生用品が必要となる。

6-4. 関係機関への事前準備：「通いの場」施設管理者との調整

- 活動再開手順の確認
(場所・活動時間の制限や短縮・参加者等の人数制限)
- 役割分担
- 感染者発生時のゾーニングの設定 (施設ごと)
- 利用ルールの確認
- 使用する施設 (部屋) の確保 → 密室・密集・密閉を防ぐ
- 活動終了後の施設 (部屋) の消毒 → 平時施設利用への
安全な現状復帰



従来の活動との違いの確認



ポイント 今までの「通いの場」の利用とは異なることを共有する

担当者：

準備完了予定日：

6-4. 関係機関への事前準備：「通いの場」施設管理者との調整

【備考】

- 今までの「通いの場」の活動とは異なることを、対策本部（行政）と運営スタッフ（責任者）の間で共有する。（感染拡大防止に配慮した会場の選定、活動時間の短縮や参加者等の人数制限など）
- 対策本部（行政）と運営スタッフ（責任者）の間で、仕事の役割分担を決めておく。
➤ 例えば、ドアノブ等の消毒に関しては、どちらが担当するかなど。
- 「3密」（密閉・密集・密接）を防ぐため、従来は開放していない部屋も含め、誘導の優先順位を決めておく。その際、事前の取り決めが必要であり、会場等を使用する場合は、前半のみ使用など、細かなルールも話し合っておく。
- 建物構造が施設ごとに異なるため、ゾーニング設定を施設ごとに管理者と検討しておく。ゾーニング設定は専門家に意見を聞くことが望ましい。
- 活動終了後の施設消毒についても、予算措置を含めて事前に協議しておく。

【ゾーニングの基本】

- 清潔な区域とウイルスによって汚染されている領域（汚染区域）を明確に区分する。
- 区分がわかるように、テープや張り紙等で表記する。
- 感染者(疑いも含む)と、他の方の生活の場や、移動の場所が、交わらないようにする。
- 汚染区域に入る前に、適切な防護具（マスクや手袋等）を行う。
- 清潔区域に入る前に、使用した（身に着けている）防護具を脱ぎ、手洗いをする。

以下の資料参照

「新型コロナウイルス感染症の軽症者等の宿泊療養マニュアル」の送付について
 (令和2年4月2日付事務連絡) 厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部
<https://www.mhlw.go.jp/content/000618526.pdf> 5頁



6-4. 関係機関への事前準備：「通いの場」施設管理者との調整

- 活動再開利用の可否の事前確認→現状の把握
- 衛生用品と対応スタッフ（ボランティアなど）の調達方法→支援の準備
- 新たな「通いの場」の確保→「通いの場」としての施設（会場）の確保



公的施設に限定せず，民間施設などで利用可能かを確認しサポートする

担当者：

準備完了予定日：

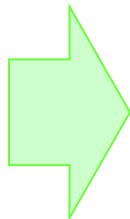
6-4. 関係機関への事前準備：「通いの場」施設管理者との調整

【備考】

- 新たな「通いの場」として利用できるかを、事前に確認をしておく。
- 新たな「通いの場」となる施設（会場）で、一般地域住民と参加者のゾーニングができるかを検討する。
- 新たな「通いの場」として、公共施設の転用も検討する。
現状を鑑みると、不特定多数の一般地域住民の利用者がいる施設では、新たな「通いの場」としての機能が果たしにくいことが予測されるため、不特定多数の一般地域住民が利用していない別の施設の利用も検討する。
 - 例えば、日中サービスのための福祉施設等や空き家等と協定を新たに結ぶことなどを検討する。
 - その際は、本資料を参考に活動の再開方法を検討し、また活動再開や支援に必要な人材も速やかに動員できるように計画をしておく。また、関係各所（「通いの場」参加者等）にも、情報提供をしておく。

6-5. 「通いの場」の準備：参加者などへの配慮

- ☑ 連絡担当者の確認
- ☑ 利用可能な「通いの場」の確保
- ☑ 利用時は衛生用品の持参を周知→感染症予防
- ☑ 参加者間が離れて（社会的距離）利用することを伝える→感染症予防
- ☑ 活動再開に対し、参加することを恐れないことを周知→生命の保護
- ☑ 通常の感染予防対策（通常の携帯品）の周知→「通いの場」運営の負担軽減



自宅から「通いの場」までの安全確保



特に会場ごとで衛生用品を十分に準備できないことを周知すること

担当者：

準備完了予定日：

6-5. 「通いの場」の準備：参加者などへの配慮

【備考】

- 一般の参加者等の「通いの場」として、公的な施設（会場）以外の施設を確保しておく。目的・期限・責任・補償等に関して、事前に施設の同意を得ておく。
- 新たに確保する施設の感染災害等による被災リスクを検討しておく。
- 保健所や本部（行政）は参加者等を把握しているため、参加者等の「通いの場」を事前にとりきめ、調整し、必要であれば参加者本人にも連絡しておく。
- 今回の新型コロナウイルスに関しては、濃厚接触者の陰性者であっても当面は従来の「通いの場」の利用は適切ではない。
- 本部（行政）がすでに押さえている民間などの施設の一部を「通いの場」として転用が可能か調整しておく。費用負担についても併せて調整しておく。
- 他の参加者（住民）等とは離れて「通いの場」に参加する可能性があることを参加者（濃厚接触者の陰性者）等に事前に説明しておく。
- 特に濃厚接触者や陰性者は「感染拡大を恐れて参加を躊躇する」ことのないよう、「まずは参加」の原則をくりかえし周知する。

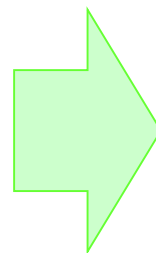
参考：（厚生労働省新型コロナウイルス感染症 対策推進本部 感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律第 18 条に規定する就業制限の解除に関する取扱いについて 事務連絡 令和 2 年 5 月 1 日）

（医療機関における「新型コロナウイルスの陰性が確認され退院される患者の方々へ」厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部 事務連絡 令和 2 年 3 月 6 日）

- 参加者個人の衛生用品を、市区町村では十分準備できないことを周知しておく。
- 通常準備している携行品に加えて、マスクや手袋、体温計、ペーパータオル（手拭き用）や消毒シート、ごみ袋等の衛生用品も持参してもらう。
- 参加者等に家族の感染リスクを把握してもらう。（従来と同様）

6-5. 「通いの場」の準備：濃厚接触者の陰性者への配慮

- ☑ 「通いの場」に関する責任の所在
- ☑ 「通いの場」利用手順（指示，設備）の確認
- ☑ 「通いの場」への誘導の確保



自宅以外から「通いの場」までの安全確保



ポイント 他の参加者等とは，同じ対応はできないため，事前に責任・手順を共有しておく

担当者：

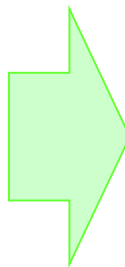
準備完了予定日：

6-5. 「通いの場」の準備：濃厚接触者の陰性者への配慮

【備考】

- 自宅以外からの参加が必要になった場合の準備をしておく。自宅以外の管理者が多様であるため、感染災害発生時の責任の所在を確認しておく。
- 自宅以外から従来の「通いの場」へ濃厚接触者の陰性者を合流させない。公民館などの別施設を丸ごと用意するといった対策を検討する。
- 本資料にある、新たな「通いの場」でもゾーニングを厳密に行う。

6-6. 「通いの場」の集う前：「通いの場」運営ルール決定

- ☑ 「通いの場」の室内のレイアウト検討
 - ☑ 参加者等名簿の準備（後で連絡がとれるよう）
 - ☑ 手洗い，咳エチケットなど感染防止の基本を会場で掲示
 - ☑ 会場の掃除・消毒に関するルールの設定 → 濃厚接触者の後追い
 - ☑ 会場入り口（受付）から会場（部屋）までの対応 → 衛生ルールの確立
 - ☑ 体調不良者が出た場合の対処方法などの検討 → 衛生環境の配慮
- 
 空間利用の改良

ポイント 参加者等の協力が不可欠です。地域にも事前に周知をしておく

担当者：

準備完了予定日：

6-6. 「通いの場」の集う前：「通いの場」運営ルール決定

【空間利用】

- 参加者間2メートル以上の間隔を開ける。（レイアウトイメージ図参考）
- 施設管理者と協議のうえ、他の部屋なども積極的に利用する。
- 参加者（住民）の動線があまり交差しないようにする。
- 高齢者や要援護者など基礎疾患を持つ方には、衛生用品等が十分にある、より広い空間や別室を提供する。ほかの施設利用の住民の協力が必要。
- 定期的な換気ができるよう、ドアなどの前に物資を置かない。

【参加者名簿】

- 濃厚接触者の陰性者や体調不良者を後追いできるように、参加者名簿には利用部屋（会場など）および参加者グループの記録（連絡先等）を追加する。

【手洗い環境の整備】

- 流水での手洗いができるような手洗い場の確保が早期に必要。

【手洗いルールの鉄則】

- 液体石けんと流水での手洗い後、手は乾燥させる必要がある。（タオルの共有は不可、洋服で拭くことも不可。ペーパータオルの多量の備蓄が必要）
- 手に見える汚染が無く、流水環境が無ければ、アルコール手指消毒だけでも対応は可能。（備蓄・設置が必要。ポスター等を活用して正しい使用方法を周知する）
- 手洗いタイミングの周知：手が汚れた時、物品を触った時、多くの人が触れたと思われる場所を触った時、咳・くしゃみ・鼻をかんだ時、配布等の手伝いをしたとき、炊き出しをする前、食事の前、体調不良のある人の看病や家族・動物の排泄物を取り扱った後、トイレの後。
- 手洗いを必要とするタイミングの環境に、アルコール手指消毒薬を設置する。

6-6. 「通いの場」の集う前：「通いの場」運営ルール決定

【掃除・消毒・換気ルールの基本】

- トイレ・出入口・ドアなど、人が触る部分（冬季の「通いの場」活動の衛生対応と同様）を重点的に清掃と消毒をする。
- 清掃消毒は、アルコール消毒薬や、次亜塩素酸 0.05% 溶液等を、用途別で用いる。
- 「1時間ごと10分間」などルールを決める。
- 換気は最低でも「換気回数を毎時2回以上（30分に一回以上、数分間程度）」、などルールを決める。複数の窓がある場合、空気の流れをできるだけ作り、2方向の壁の窓を開放すること。湿度を高くしない。冬季・夏季時の服装にも配慮する。

【食事・物品配布ルールの基本】

- 食品等を置くテーブル等は、アルコール消毒等で常に拭いておく。
- 手渡しは、しない。個包装の製品を準備する。
- 一斉に取りに来るような方法を避ける。
- 配布場所には手指アルコール消毒薬を設置する。
- 担当者は手袋とマスクを着用する。必要に応じテーブル上につい立てを準備する。

公益社団法人日本食品衛生協会「できていますか？衛生的な手洗い」
https://www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu/dl/link01-01_leaf02.pdf

厚生労働省「マメに正しい手の洗い方」
<https://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/kekkakukansenshou01/dl/poster25b.pdf>

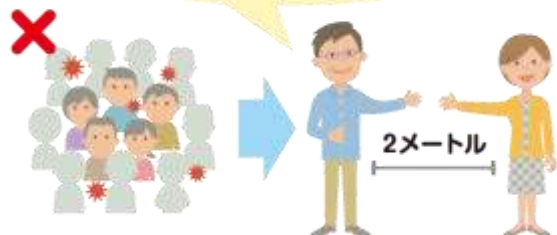
国立感染症研究所「手洗いで感染症予防」
<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10600000Daijinkanboukouseikagakuka/0000123506.pdf>



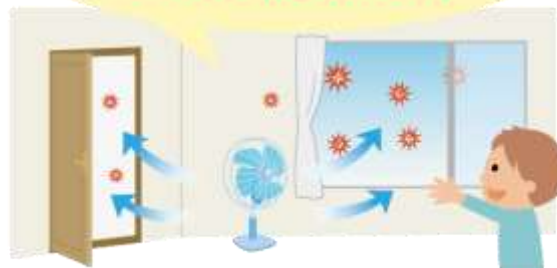
6-6. 「通いの場」の集う前：「通いの場」運営ルール決定

「3つの密（密閉・密集・密接）」の回避

他の人と
十分な距離を取る!



窓やドアを開け
こまめに換気を!



屋外でも密集するような
運動は避けましょう!

少人数の散歩や
ジョギングなどは大丈夫



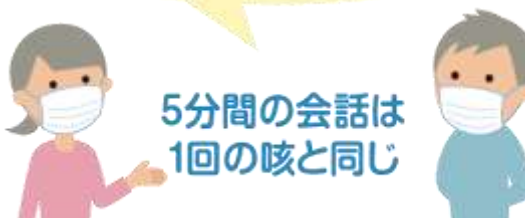
飲食店でも距離を取りましょう!

- ・ 多人数での会食は避ける
- ・ 隣と一つ飛ばしに座る
- ・ 互い違いに座る

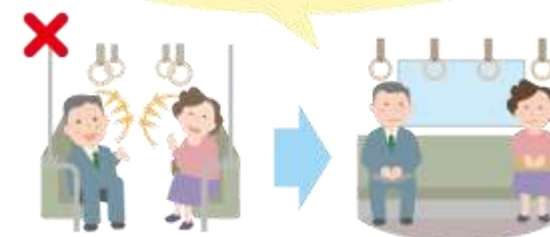


会話をするときは
マスクをつけましょう!

5分間の会話は
1回の咳と同じ



電車やエレベーターでは
会話を慎みましょう!



6-6. 「通いの場」の集う前：「通いの場」運営ルール決定

正しい手の洗い方

手洗いの
前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。

2



手の甲をのぼすようにこすります。

3



指先・爪の間を念入りにこすります。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗いします。

6



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

6-6. 「通いの場」の集う前：「通いの場」運営ルール決定

3つの咳エチケット せき 電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



マスクを着用する
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う



何もせずに
咳やくしゃみをする

咳やくしゃみを
手でおさえる

正しいマスクの着用



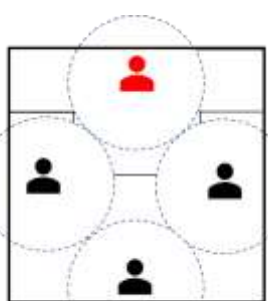
1 鼻と口の両方を
確実に覆う

2 ゴムひもを
耳にかける

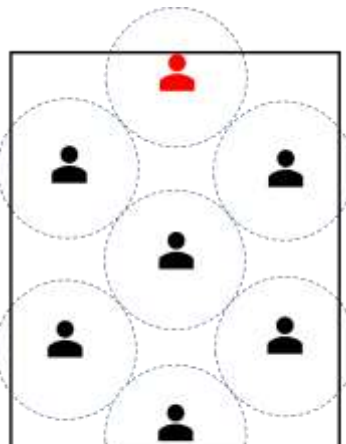
3 隙間がないよう
鼻まで覆う

「通いの場」レイアウトイメージ

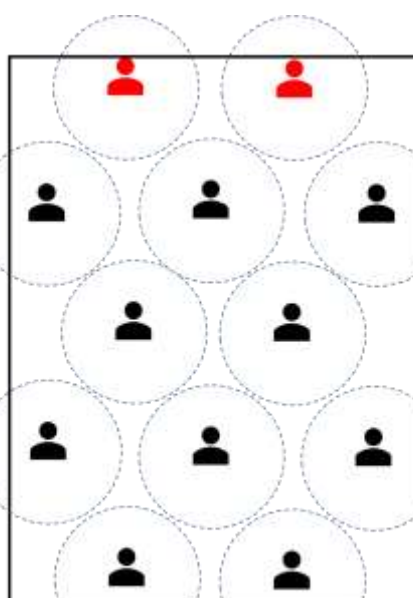
- ☑参加者間のソーシャルディスタンスをとる（2 m以上の間隔をあける）
- ☑今までと同様の参加人数が利用できるか検討し、「通いの場」の会場の広さに応じた参加者等とする
- ☑会場のこまめな換気の徹底（可能であれば2方向の窓を同時に開けること）



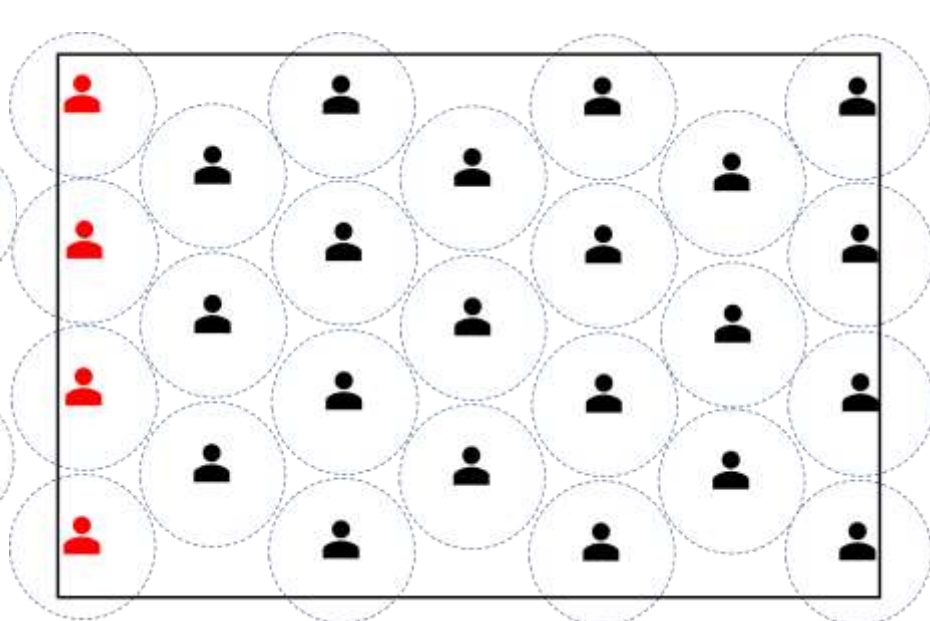
8畳間（4人）



30㎡（15人→7人）



50㎡（30人→12人）



96㎡（60人→25人）



感染拡大防止のため、配慮が必要

担当者：

準備完了予定日：

6-6. 「通いの場」の集う前：体調不良者への対応

- ☑ 感染症を疑う有症状者への対応 → 感染波及の予防
- ☑ 隔離できる部屋の準備など → 統一した指針の確立
- ☑ 緊急時の相談担当者の設置 → 安心の提供
- ☑ 帰国者・接触者相談センター（コールセンター）の案内 → 情報の提供



ポイント 感染拡大防止のため、配慮が必要

担当者：

準備完了予定日：

6-6. 「通いの場」の集う前 体調不良者や濃厚接触者の陰性者への対応

【隔離室の設置】

- 咳・発熱等の症状を持つ方を確実に隔離できる空間を選定する。（人との距離2 m以上）
- 感染症の症状を持つ人がいた場合のフロー図は、事前に保健所と検討しておく。
- 二次感染のリスクが無ければ、会場（部屋）ごとに分けることが望ましい。
- 隔離室の準備が難しければ、参加を中断し、帰宅してもらうなどの対応をする
- 定期的な換気のため、窓が一箇所以上ある空間が望ましい。
- 飛沫予防策・接触予防策を実施する。
- トイレも専用に区画する。
- ゾーニング場所をテープや注意喚起で分かりやすく表記しておく。

【自宅待機の濃厚接触者及び感染者のPCR検査の陰性者などが参加してきた場合】

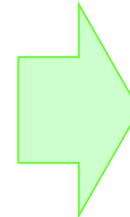
- 本人は申告しづらいかもしれない状況をくみ取る。
- 「通いの場」での受付時、感染の有無・疑いについてヒアリングし、その時点で隔離。
- 本部（行政）に確認のうえ、他の参加者等と異なる施設へ誘導。
- 別施設への誘導が困難な場合は、隔離室や別階別室の個室等へ隔離参加。
- 施設内では、参加者等と体調不良者又は濃厚接触者の陰性者の利用する場所や区域は分けておく。トイレや共通の空間を使用しないようにする。

【体調相談担当者や帰国者・接触者相談センター（コールセンター）】

- つながりづらいことが多いため、「通いの場」に体調相談担当者を決めておく。相談を受ける際は仕切り・別室等を用いる。要員が確保できない場合は巡回相談とする。
- 行政や保健所のコールセンターに負荷がかかりすぎる場合は、県にもバックアップ体制がとれるように依頼する。
- アプリ等、遠隔で相談ができる体制を確立する。

6-7. 「通いの場」の活動中：会場の環境整備と維持

- ☑ 活動中の参加者等のソーシャルディスタンスが順守され、活動のしやすさの検討
- ☑ 参加者等の状態像に合わせた「通いの場」の会場スペースの検討
- ☑ 手洗い場やトイレなど共同スペースの衛生環境



飛沫・接触感染の防止

- ☑ 食事やお茶などを提供する場合、衛生に配慮した管理と配布方法の検討

- ☑ 会場で使用する設備（椅子やテーブルなど）

- ☑ ゴミの後始末



- ☑ 体調不良者などの対応



「通いの場」での感染拡大や転倒など起こらないように、運営スタッフと一緒に、衛生環境を維持するルール作成や環境整備を行う

担当者：

準備完了予定日：

6-7. 「通いの場」の活動中：会場の環境整備と維持

- 感染予防策の対応の長期化が見込まれる場合は、参加者（住民）等と協力して「通いの場」のレイアウトを再検討する。
- 第6章6節の空間利用を参照する。その際、食事スペース等は「集いの場」の空間と別に設置した方が良いが、利用方法として一度に集まらず互いに距離をとる、弁当を持参など持参し共有で使用するもの（食器等）は置かない、つい立を設置するなど。アルコール消毒を徹底する等のルールを決めておく。
- 地域社会の事情により、濃厚接触者の陰性者が「通いの場」を利用する場合は、第6章5節を参照する。できるだけ感染症予防ができ、参加者等も安心できる施設（会場）に参加できるように調整を検討する。
- 「通いの場」の参加者等は、活動自粛中に体調不良が起きやすいため、水分補給や栄養バランスが取れた食事摂取、口腔衛生管理や自粛によるストレスを溜めないような生活の工夫が必要。これは、従来の「通いの場」でも注視されていたことではあるが、感染症予防のためにも抵抗力を下げないように啓発活動をしていく。日本理学療法士協会が推進しているシルバーリハビリ体操や厚生労働省 HP から出されている、生活不活発病での健康に関するリーフレット等を活用し、環境も整えていく。

【備考】

- 手洗い場だけでなくトイレなど他の地域住民との共有スペースについても衛生管理を行う。
- 詳細は第6章1節参照。統一した衛生方法は徹底して実施しなければ効果が無いため、住民一人ひとりの協力が必要である。
- 食事の提供は、食材の管理や衛生管理面から、保健所にも相談し慎重に検討する。
- 感染予防をしながらの「通いの場」活動の長期化が見越される場合は、追加の衛生用品の速やかな準備が必要。

6-7. 「通いの場」の活動中：会場の環境整備と維持

【ごみ管理ルールの考え方】

- 活動後に出るごみは、小～中のごみ袋に入れ口を縛り、「通いの場」の共同のごみ箱に捨てる。ごみ捨てるの担当者は、手袋をして最終的に口を縛り処分する。
- 「濃厚接触者等の陰性者が出したごみ（食べ物、体液が付着したもの等）」と、「運営スタッフ等が着用した手袋等」は、感染性廃棄物として廃棄する。
- 感染性廃棄物の廃棄には医療廃棄物を取り扱う専門業者との契約が必要。
- 感染性廃棄物は足踏み式ゴミ箱、または蓋つきのごみ箱に捨てる。
- 濃厚接触者等の陰性者が使用した会場では、個人単位でゴミ袋を配布し、口を閉じて感染性の廃棄物ゴミ箱に廃棄する。
 - ごみ収集の際は、手袋・サージカルマスク・眼の防護具（フェイスシールド又はゴーグル）・長袖ガウンを使用する。

環境省「新型コロナウイルスなどの感染症対策としてのご家庭でのマスク等の捨て方」

https://www.env.go.jp/saigai/novel_coronavirus_2020/flyer_on_disposal_of_contaminated_household_waste.pdf



【体調不良者などの対応】

- 体調不良者の控室を再検討する。
 - 医療者の感染，参加者間の感染を防ぐためにも，別施設（会場）が望ましい
- 濃厚接触者等の陰性者の方が来る可能性も想定する。
- 濃厚接触者等の陰性者以外の体調不良者の対応ルールも取り決めておく。
 - 症状が軽い人は、可能な限り「医療機関」などで診る体制を整えた方が良い。
- 「通いの場」に入る様々な運営スタッフへの対応
 - 感染防御対策・衛生用品を準備していない運営の応援スタッフは断る。

6-8. 「通いの場」の終了後

- ☑ 「通いの場」の会場の環境整備の消毒→現状復帰
- ☑ 参加者等の体調確認



ポイント 共有スペースを借用している場合など、「通いの場」の施設管理者とよく話あうこと

担当者：

準備完了予定日：

6-8. 「通いの場」の終了後

【備考】

- 濃厚接触者の陰性者の利用後の対応
 - 退去後の会場の清掃等・退去後は、室内の備品などの消毒及び十分な換気を行う。
 - 清掃は、通常の「通いの場」等と同様の清掃に加え、次亜塩素酸 0.05%溶液及びアルコールによりドアの取手やノブ、ベッド柵等を拭く。
 - 清掃・消毒の際は、手袋、サージカルマスク、眼の防護具（フェイスシールド又はゴーグル）、長袖ガウンを使用して行う。

- 施設借り上げを終了する際の対応
 - 上記、利用後の居室の清掃等と同様の対応でも差し支えないが、施設側と調整の上、必要に応じて施設や備品など消毒等適切な対応を行う。

新しい生活様式に対応した「通いの場」活動再開ガイド

《チェックリスト》

- 参加者等及び運営スタッフの毎回の検温，風邪症状の有無等の確認を行う準備ができていますか？
- 手洗いや咳エチケットの指導を行いましたか？
- 3つの条件（換気の悪い密閉空間，人の密集，近距離での会話や発声）が同時に重なる場を避けるため，①換気の徹底②近距離での会話や発声等の際にマスクの使用等を行うことを運営スタッフの間で確認しましたか？
- 休止に伴う2次的な健康被害などに関する対応策について検討しましたか？
- 一度に多くの参加者等が集まる「通いの場」などの実施方法を工夫しましたか？
- 狭い会場での「通いの場」の実施にあたり，実施内容やを工夫した上で，感染防止のための対応を行いましたか？
- 飲食を伴う食事会の実施にあたり，感染防止のための工夫を行いましたか？
- 他の利用者も使用する施設で会場等の活用について検討しましたか？
- かかりつけ医等と連携した健康管理体制を整え，清掃などにより環境衛生を良好に保っていますか？
- 抵抗力を高めることが重要であることの指導を行いましたか？

～住民主体の「通いの場」の活動をされる方へ～ 「通いの場」感染症対策チェックポイント

1. 感染症基本対策

- 「3つの密(密閉・密集・密接)」を避ける!
- 「マスクの着用」 (運動は、無理せず負荷を下げたり休憩を取りましょう)
- 「手洗い」(液体石けんを使って流水で手洗い)
- 「人と人との距離を確保」参加者間は互いに手を伸ばし手が届く範囲以上 (できるだけ2 m) 空ける
- こまめに換気 (30分に1回以上, 2方向換気, 季節に応じ服装にも配慮)
- 共有物品や頻回に手に触れる場所の消毒 (取っ手やドアノブ等)
- 参加者の健康観察の徹底 (参加日の朝に確認) 発熱や風邪症状などある場合は、無理せず休む

2. 会場利用時の注意点

- 飲食や食事を伴う場合, 対面を避ける
- 活動時間を可能な限り短くする工夫
- 3密にならない会場選定の配慮 (参加人数制限など)
- トイレ休憩や食事は全員一緒ではなく分散
- 参加者同士は対面を避け, 活動時マイクを使用し極力大きな声を出さない
- 施設の使用会場以外への出入りは極力避ける

3. 感染拡大(再度の自粛要請)に対する備え

- 少人数集団の「集う」場所の検討
- 自主練習ができるような声掛け (電話やSNSの活用) 方法: 屋外でのウォーキングや体操などの実施
- 自宅で自分でできる体操などのパンフレットや動画 (DVD) などの活用

新しい「通いの場」の例

会場など施設環境の都合により、以前のような集団で「集い」活動再開が困難な場合

- 一度に多くの参加者等を受け入れられない場合は、少人数での開催（3～5人程度）
- 外出自粛により交通機関の使用を控えなければならない場合は、個人宅で実施
- 少人数の場合は、多くの参加者等が「集える」ような工夫（例：午前・午後の2回実施）
- ITを活用しWEB環境が整備されていれば個人又は小人数でもよいが、複数の会場をオンラインで「つなぎ」教室を開催（ホスト環境の準備が必要である）
- 「通いの場」利用当日の**朝に健康チェック**を電話やメール（SNS）などで確認

施設環境について

- 会場までの移動手段（公共交通機関の利用の有無）
- 体調不良者などの控室が確保できるように施設に複数の部屋があるかどうか
- 冬季／夏季でも配慮できる換気環境の有無
- 何人参加できるか会場の広さの確認（**3密の回避**）
- 飲食や食事の際の座席順（可能であればつい立の設置）

利用者に寄り添った活動再開の心構え

利用者に寄り添った活動再開の心構え

- 近隣に合わせることなく「我が町」としての方針を利用者と一緒に考える。
- 話し合いや相談に対応し、最終判断は、参加者等の運営スタッフ（団体）で決定する。
- 基本は**自宅での体力づくり**であり、再開に際して利用者同士が何らかの理由で繋がってほしい方々が集える場所として灯は絶やさないようにする。
- 参加者自身の**健康管理**と「**新しい生活様式**」に対する認識を定着させ、適切な習慣化を図る。
- 活動再開の**判断基準を明確に！選択の余地がある！参加者等の選択肢を理解**してもらうことで住民にとって、前向きに感染症予防に取り組む糧となる。
- **新しい楽しみ方**の創出を図る。（3密を回避する屋外活動や少人数、ITの活用など）
- 緊急事態宣言などの解除により自粛要請が緩和された後に、新しい生活様式に沿った「通いの場」が新しい形で再開できることを明確にし、伝えるべきことも徹底でき**感染予防対策を強調**することができる。
- 自粛要請を強調するだけでは、感染予防の徹底はできず、単に不安を高めるだけになりかねないので、感染症予防には「**正しく恐れる**」ことを地域住民に理解してもらうことが大切である。

利用者に寄り添った活動再開の心構え

利用者に寄り添った活動再開にあたって

- 再開には焦らない（焦らせない）
- 再開＝元の状態の固定観念にとらわれる傾向があるため注意が必要である。よって、**段階的に再開**していくスタイルを提示しながら、個別の事案について具体策を検討していく。
- 長期化を見据えて再開の企画を考えるが状況は日々変化してくるため、「1ヶ月ごとを目途に一步一步進め行くと、その次のステップが自然と見えてくるようになる」ことを、運営スタッフの責任者（地域リーダー）などに伝え、再開に向けた個別の検討を行う。
- 活動は、**再開しやすい内容のものから検討**を開始するほうがスムーズに再開ができる。
- 他の地域での「通いの場」の状況を互いに知りたがるため、地域包括支援センター（行政など）は全体を把握して情報提供をすることが活動再開をすすめる一歩になりやすい。
- 地域活動を停滞させない**ように、大事な会合は何とか開催できるように開催方法を検討する。
- 利用者の多い「通いの場」は、運営スタッフも多いため、運営スタッフも利用者も分散した開催方法を検討する。
- 住民側との具体的な検討を行う際には、**支援者側（行政・地域包括支援センター・社協など）の意思統一**をしておく。

「通いの場」案：体操などの健康教室



体操などの健康教室（シルバーリハビリ体操など）

◆集う前

- 集う場所（会場）を決める。また、来所方法の確認（送迎の有無、送迎中の環境整備など）
- 集う場所（会場）の環境整備：椅子の配置、消毒、換気方法など3密を回避する
- 参加者等の制限（名簿作成）また、可能な限り参加者等が対面にならないよう席順を決めておく
- 参加当日のセルフケアチェック（検温や自覚症状の有無を事前に確認）
- リスクマネジメント（緊急時連絡先等の把握、避難誘導方法の確認、活動保険の加入など）
- 開催日時の決定（活動時間の短縮：1時間～2時間程度）
- 飲食の有無（可能であれば飲食を避ける。但し水分補給の水やお茶は可能）

◆活動時

- 参加者等の確認（来所持、問診や検温でセルフケアチェックの再確認）
- 感染防止の基本（身体的距離の確保、手洗い、マスクの着用）の厳守
- 体操の実施：3密を回避（適時換気）
- 活動中の体調管理
- 休憩中のトイレ使用後の手洗いやドアノブなどの消毒など
- 飲食を行う際には自前で準備（マイ箸やマイコップ、ペーパー皿などを活用）

セルフケアチェック	
測定	体温・血圧・脈拍・呼吸
体調	発熱・倦怠感・下痢・めまい 咳・吐き気・痛み・その他
生活	睡眠・食事・排泄
外見	顔色・表情・浮腫

◆終了後

- 集う場所（会場）の環境整備（使用した器具や部屋の清掃・ごみの持ち帰り・消毒など）
- 自宅でのマスクの捨て方の指導
- セルフケアチェック
- 自宅での体操の実施

「通いの場」における「3密」回避の工夫例

密閉空間



- 時間ごとのこまめな換気：2方向の窓を同時にあける（送迎中も考慮）
- 窓や換気扇のある会場選び
- 季節や天候によっては屋外会場使用の工夫

密集場所



- 接触活動の制限
- 社会的距離が確保できる会場選び（参加者間2メートル以上を目安に）
- 座席配置の配慮（四方を空ける，真正面を避ける，横並びや互い違いに着席し座席の間隔を空ける）
- トイレ休憩など分散してとる

密接場面



- 活動時間の制限
- 参加者の人数制限：一会場での参加者人数の工夫（曜日で分ける，会場を分ける等）
- 送迎車の乗車人数の制限
- 開始時間の分散
- 飲食は原則行わない
- 送迎車の中の会話はできるだけ控える

基本対策：マスクの着用，手洗いの厳守，咳エチケットの徹底，共同で使う物品の消毒

- 健康観察（検温，風邪症状，家族や周囲の状況聞き取り）
- 椅子やヨガマット等備品の清拭消毒
- 会場のテーブルやトイレなどのドアノブの清拭消毒
- 手指消毒剤設置など

「新しい生活様式」 具体的には

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2 m（最低1 m）空ける
 - 遊びに行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

参考：NHK おうちで学ぼう!for School
特設サイト新型コロナウイルス

新しい生活様式の実践例(抜粋)

<p>外出はマスク着用 屋内や会話は 症状なくても着用</p> 	<p>帰宅後など まめに手洗い 手指の消毒も</p> 	<p>人との間隔2m 可能な限り 対面会話を避ける</p> 	<p>3密の回避 密集・密接・密閉</p> 
<p>遊びに行くなら 屋内より屋外</p> 	<p>感染が流行している 地域への移動は控える</p> 	<p>帰省・旅行は 控えめに</p> 	<p>誰とどこで 会ったかメモ 📱 移動履歴ON</p> 

日常生活

- まめに手洗い 手指消毒
- せきエチケットの徹底
- 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 発熱またはかぜの症状がある場合は無理せず自宅で療養

「新しい生活様式」 具体的には：生活場面ごとの例



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
- 計画を立てて素早く済ます
- 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

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

娯楽 スポーツ等

- 公園はすいた時間や場所を選ぶ
- 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

冠婚葬祭などの親族行事

- 多人数での会食は避けて
- 発熱やかぜの症状がある場合は参加しない

参考：NHK おうちで学ぼう!for School
特設サイト新型コロナウイルス

「新しい生活様式」 具体的には：働き方のスタイル



- 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
- オフィスは広々と
- 会議はオンライン
- 名刺交換はオンライン
- 対面での打ち合わせは換気とマスク

参考：NHK おうちで学ぼう!for School
特設サイト新型コロナウイルス

社会・経済活動再開に向けた感染拡大予防の工夫例

屋外		屋内							
運動施設 (屋外)	公園	映画館 公会堂 演芸場など	物品販売業 (スーパー など)	博物館 美術館 図書館	理美容ほか 対人サービ ス業	学校 学習塾	公共交通	飲食店	
密接	ロッカー、シャワーなど 屋内共用施設使用制限	入場人数の制限・滞在時間の制限			滞在時間の 制限	少人数での 滞在時間の 制限	乗車人数の 制限・時差 通勤	入場人数の 制限・滞在 時間の制限	
密集	接触スポー ツの制限	3密の注意 喚起掲示	四方を空けた 席配置	レジなどで間 隔を空ける (床に印を付 けるなど)	四方を空けた 席配置・展示 配置の工夫	四方を空けた席配置		座席間隔に 留意	座席間隔に 留意・真正 面は避ける
密閉	—	頻繁な換気(窓開け、扇風機)						テラス席 2方向換気	

令和2年5月4日 専門家会議提言 「業種ごとの感染拡大予防ガイドラインに関する留意点」

リスク評価とリスクに応じた対応

事業者においては、まずは提供しているサービスの内容に応じて、新型コロナウイルス感染症の主な感染経路である接触感染と飛沫感染のそれぞれについて、従業員や顧客等の動線や接触等を考慮したリスク評価を行い、そのリスクに応じた対策を検討する。

接触感染のリスク評価としては、他者と共有する物品やドアノブなど手が触れる場所と頻度を特定する。高頻度接触部位（テーブル、椅子の背もたれ、ドアノブ、電気のスイッチ、電話、キーボード、タブレット、タッチパネル、レジ、蛇口、手すり・つり革、エレベーターのボタンなど）には特に注意する。

飛沫感染のリスク評価としては、換気の状態を考慮しつつ、人と人との距離がどの程度維持できるかや、施設内で大声などを出す場がどこにあるかなどを評価する。

各業種に共通する留意点

基本的には、新型インフルエンザ等対策特別措置法に基づく感染拡大防止策を徹底することが重要である。例えば、人との接触を避け、対人距離を確保（できるだけ2mを目安に）することのほか、以下のものが挙げられる。

- 感染防止のための入場者の整理（密にならないように対応。発熱またはその他の感冒様症状を呈している者の入場制限を含む）
- 入口及び施設内の手指の消毒設備の設置
- マスクの着用（従業員及び入場者に対する周知）
- 施設の換気（2つの窓を同時に開けるなどの対応も考えられる）
- 施設の消毒

症状のある方の入場制限

- 新型コロナウイルスに関しては、発症していない人からの感染もあると考えられるが、発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある人は入場しないよう呼びかけることは、施設内などにおける感染対策としては最も優先すべき対策である。また、状況によっては、発熱者を体温計などで特定し入場を制限することも考えられる。
- なお、業種によっては、万が一感染が発生した場合に備え、個人情報の取扱いに十分注意しながら、入場者等の名簿を適正に管理することも考えられる。

令和2年5月4日 専門家会議提言 「業種ごとの感染拡大予防ガイドラインに関する留意点」

感染対策の例

- 他人と共用する物品や手が頻回に触れる箇所を工夫して最低限にする。
- 複数の人の手が触れる場所を適宜消毒する。
- 手や口が触れるようなもの（コップ、箸など）は、適切に洗浄消毒するなど特段の対応を図る。
- 人と人が対面する場所は、アクリル板・透明ビニールカーテンなどで遮蔽する。
- ユニフォームや衣服はこまめに洗濯する。
- 手洗いや手指消毒の徹底を図る。
- ※美容院や理容、マッサージなどで顧客の体に触れる場合は、手洗いをよりこまめにするなどにより接触感染対策を行う。
(手袋は医療機関でなければ特に必要はなく、こまめな手洗いを主とする)

トイレ（※感染リスクが比較的高いと考えられるため留意する）

- 便器内は、通常の清掃で良い。
- 不特定多数が接触する場所は、清拭消毒を行う。
- トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示する。
- ペーパータオルを設置するか、個人用にタオルを準備する。
- ハンドドライヤーは止め、共通のタオルは禁止する。

休憩スペース（※感染リスクが比較的高いと考えられるため留意する）

- 一度に休憩する人数を減らし、対面で食事や会話をしないようにする。
- 休憩スペースは、常時換気することに努める。
- 共有する物品（テーブル、いす等）は、定期的に消毒する。
- 従業員が使用する際は、入退室の前後に手洗いをする。

令和2年5月4日 専門家会議提言 「業種ごとの感染拡大予防ガイドラインに関する留意点」

ゴミの廃棄

- 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る。
- ゴミを回収する人は、マスクや手袋を着用する。
- マスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹸と流水で手を洗う。

清掃・消毒

- 市販されている界面活性剤含有の洗浄剤や漂白剤を用いて清掃する。通常のコ扫除後に、不特定多数が触れる環境表面を、始業前、始業後に清拭消毒することが重要である。手が触れることがない床や壁は、通常のコ扫除で良い。

その他

- 高齢者や持病のある方については、感染した場合の重症化リスクが高いことから、サービス提供側においても、より慎重で徹底した対応を検討する。
- 地域の生活圏において、地域での感染拡大の可能性が報告された場合の対応について検討をしておく。感染拡大リスクが残る場合には、対応を強化することが必要となる可能性がある。

補 足



本「通いの場」運営ガイドは、新型コロナウイルス感染症などに対し作成しました。しかし、新型コロナウイルス感染症は、まだまだ未解明の部分が多く、最適な対応方法が今後随時変わってゆくことが考えられます。本資料にとらわれることなく、厚生労働省や各関係省庁及び各学会などの情報も注視し、最新の対応をお願いします。

【謝辞】

本「通いの場」運営ガイドの原案について、日本理学療法士協会の先生方や国診協地域リハ部会委員の先生方、また、地域リハビリテーション活動にてかかわりのある自治体職員の皆さまからご意見をいただきました。心より御礼申し上げます。

出典元（引用）

- 文部科学省 「学校再開ガイドライン」
「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル
～「学校の新しい生活様式」～（2020.5.22 Ver.1）」
- 避難所開設での感染を防ぐための事前準備チェックリスト Ver.2 ー簡易版ー 2020年4月30日現在
人と防災未来センター 研究員 高岡誠子
- 避難所開設での感染を防ぐための事前準備チェックリスト Ver.2 ー手引き版ー 2020年4月30日現在
人と防災未来センター 研究員 高岡誠子

NHK おうちで学ぼう!for School 特設サイト新型コロナウイルス
https://www3.nhk.or.jp/news/special/coronavirus/view/detail/detail_08.html

参考資料

- 「避難所における新型コロナウイルス感染症への更なる対応について（事務連絡）」（令和2年4月7日付事務連絡）内閣府
http://www.bousai.go.jp/pdf/hinan_korona.pdf
- 「新型コロナウイルスに関する Q&A(一般の方向け)」厚生労働省 HP 令和2年4月16日時点版
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00001.html
- 「新型コロナウイルス感染症患者が自宅療養を行う場合の患者へのフォローアップ及び自宅療養時の感染管理対策について」（令和2年4月2日付事務連絡）厚生労働省新型コロナウイルス感染症 対策推進本部
<https://www.mhlw.go.jp/content/000618528.pdf>
- 「新型コロナウイルス感染症の軽症者等の宿泊療養マニュアル」の送付について（令和2年4月2日付事務連絡）厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部
<https://www.mhlw.go.jp/content/000618526.pdf>
- 「家庭内でご注意いただきたいこと～8つのポイント～」厚生労働省 HP
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000601721.pdf>
- 「新型コロナウイルスから皆さんの安全をまもるために」防衛省統合幕僚監部
https://www.mod.go.jp/js/Activity/Gallery/images/Disaster_relief/2020covid_19/2020covid_19_guidance1.pdf
- 「新型コロナウイルスの感染が疑われる人がいる場合の家庭内での注意事項」日本環境感染学会 HP
<http://www.kankyokansen.org/uploads/uploads/files/jsipc/dokyokazokuchuijyou.pdf>
- 「大規模自然災害時の被災地における感染制御マネージメントの手引き」アドホック委員会被災地における感染対策に関する検討委員会報告、日本感染症学会、http://www.kankyokansen.org/other/public-comment_1312.pdf
- 「新型コロナウイルス感染症に対する感染管理」（令和2年4月7日）国立感染症研究所、国立国際医療研究センター国際感染症センター
<https://www.niid.go.jp/niid/images/epi/corona/2019nCoV-01-200407.pdf>
- 「避難所における感染対策マニュアル」2011年3月24日版 平成22年度厚生労働科学研究費補助金「新型インフルエンザ等の院内感染制御に関する研究」研究班(主任研究者 切替照雄)作成 http://qsh.jp/saigai_doc/kansentaisaku_20110324.pdf
- 「新型コロナウイルスなどの感染症対策としてのご家庭でのマスク等の捨て方」環境省
https://www.env.go.jp/saigai/novel_coronavirus_2020/flyer_on_disposal_of_contaminated_household_waste.pdf

【医療廃棄物処理等に関する紹介リンク先】

- 「新型コロナウイルス感染症にかかる廃棄物の適正処理等について（通知）」令和2年3月4日付環循適発第2003044号・環循規発第2003043号環境省環境再生資源循環局長通知
http://www.env.go.jp/saigai/novel_coronavirus_2020/er_2003044_local_gov.pdf
- 「廃棄物処理法に基づく感染性廃棄物処理マニュアル」（平成30年3月）環境省 <http://www.env.go.jp/recycle/misc/kansen-manual1.pdf>
- 「廃棄物処理における新型インフルエンザ対策ガイドライン」（平成21年3月）環境省 <http://www.env.go.jp/recycle/misc/new-flu/>

COVID-19の最適な対応については本資料にとらわれることなく、厚生労働省や各関係省庁のウェブサイト、各学会等のウェブサイト等も注視のうえ、最新情報へのアップデートをお願いします。

④「こんにちは！通いの場」事業【介護予防・見守り】

1 取組概要

- 通いの場の運営者等が、ウォーキングしながら参加者の高齢者宅を訪問し、「こんにちは。お変わりないですか。」と声かけを行う。
- 訪問にあわせて、簡易な健康チェック票を配布し、入浴、買い物、調理等に困りごとがないか確認する。
- 困りごとを抱える高齢者がいれば、その状況に応じて自治体や地域包括支援センター等につなぐ。

2 想定される実施者

- 通いの場の実施者 等

3 期待できる効果

- 普段から交流のある通いの場の運営者等による声かけ訪問により、お互いに不安感なく取り組むことができる。
- 声かけ訪問の中で支援を必要とする高齢者を把握し、必要な機関につなぐことができる。
- 通いの場の運営者自身もウォーキングを通じて健康づくりに取り組むことができる。

4 事業の例

- 地域支援事業（一般介護予防事業）、保健福祉事業 等
- ※ 保険者機能強化推進交付金・介護保険保険者努力支援交付金の活用が可能

【取組のイメージ】



⑤ テレビ電話を活用したバーチャル通いの場【介護予防・見守り】

1 取組概要

- 通いの場の運営者等が、テレビ電話を活用して、自宅にいる高齢者に声かけを行うほか、画面越しに体操等を行う。
- 困りごとを抱える高齢者、生活機能の低下等が懸念される高齢者がいれば、その状況に応じて、自治体や地域包括支援センター等につなぐ。

2 想定される実施者

- 通いの場の実施者 等

3 期待できる効果

- 普段から交流のある通いの場の運営者等による声かけにより、お互いに不安感なく取り組むことができる。
- 通いの場の実施者等は、リスク少なく見守りや介護予防に取り組むことができるとともに、その活動の中で、支援を必要とする高齢者を把握し、必要な機関につなぐことができる。

4 事業の例

- 地域支援事業（一般介護予防事業）、保健福祉事業 等
- ※ 保険者機能強化推進交付金・介護保険保険者努力支援交付金の活用が可能

【取組のイメージ】

- 通いの場の運営者等が、テレビ電話を活用して、自宅にいる高齢者に声かけ・体操等を実施
- 生活機能の低下等が懸念される高齢者等がいれば、自治体や地域包括支援センター等につなぐ
- 普段から交流のある住民同士の声かけにより、不安感なく取り組むことができる

テレビ電話を活用した
バーチャル通いの場（介護予防・見守り）



⑧「お外でサービスC」事業【介護予防】

1 取組概要

- 通所型サービスCの休所や通いの場の自粛等に伴い、生活機能の低下等が懸念される高齢者への支援の代替案として、
 - ① 通所型サービスの提供体制を変更し、専門職による個別訪問を行う【代替案1】
 - ② 新たに訪問型サービスCの委託等（※）を行う【代替案2】
- などにより高齢者の自宅の庭等（換気の良い場所）で、個別支援プログラムの提供等を行う。
- （※）休止した事業所（デイサービス、従前相当サービス、サービスA等）の専門職を活用し、新たに訪問型サービスCの委託等

2 想定される実施者

- 通所型・訪問型サービスC、従前相当サービス、サービスA、地域リハビリテーション活動支援事業の実施者 等

3 期待できる効果

- 換気の良い場所で支援することができ、生活機能が低下している高齢者の状態悪化を防止することができる。
- 通所型サービスCの利用者に対するサービスの代替案となる。

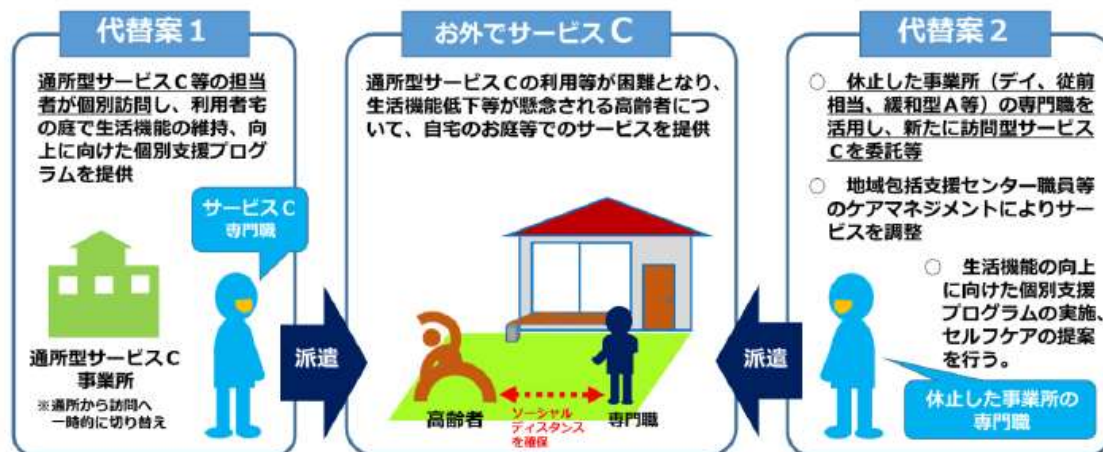
4 事業の例

- 地域支援事業（介護予防・生活支援サービス事業、一般介護予防事業）、保健福祉事業 等
- ※ 保険者機能強化推進交付金・介護保険保険者努力支援交付金が活用可能

【取組のイメージ】

お外でサービスC事業 (運動等)

通所型サービスCの休所等に伴う代替案として、
 ・案1：サービスの提供体制を変更し、担当者による個別訪問
 ・案2：案1の対応が困難な場合、専門職の活用による個別訪問
 を行い、高齢者の自宅の庭等で、個別支援プログラムの提供等を行う。



⑥「元気な声を届けよう」事業【介護予防・見守り】

1 取組概要

- 通いの場を実施していた集会所等の入り口付近に、元気な声を届ける箱を設置する。
- 通いの場に参加していた高齢者がウォーキングや散歩をしながら集会所等に行き「元気ですカード」、「こんなことしていますカード」（花びら型）を各自で投かんする。
- 道中すれ違う高齢者同士が挨拶ができ、元気な様子を確認し合うことができる。
- 通いの場の実施者等が集計し、花びら（カード）を集会所等の壁に掲げた大きな木の絵に貼り付けていく。

2 想定される実施者

- 通いの場の実施者 等

3 期待できる効果

- 住民同士が、直接会わなくても気になっていた方が確認できる。
- 通いの場の実施者等は、リスク少なく地域での見守りができるとともに、投かんがない高齢者に対し、電話や訪問等で安否確認ができる。

4 事業の例

- 地域支援事業（一般介護予防事業）、保健福祉事業 等
- ※ 保険者機能強化推進交付金・介護保険保険者努力支援交付金の活用が可能

【取組のイメージ】

元気な声を届けよう事業（介護予防・見守り）



取組事例：生活不活発予防体操パンフレットの活用

1 取組概要

- 通いの場に参加していた高齢者が自粛期間中に、自ら生活不活発の程度がどの程度かを評価する。
- 通いの場の自粛期間中や活動のない日に、自宅でひとりで運動ができるようにパンフレットを活用し、どの程度できていたかをカレンダーで振り返りができる。
- 通いの場再開に向けた、感染予防対策の確認が実施者等が自らできる

2 想定される実施者

- 通いの場の実施者等

3 期待できる効果

- 通いの場の実施者等の生活不活発による健康の2次的被害を防ぐことができる。
- 生活不活発に陥っている通いの場の実施者等は、通いの場が再開後すぐに活動を開始する際、転倒などのリスク回避ができる。
- 通いの場の感染拡大予防がチェックポイントを確認することで意識化できる。

4 事業の例

- 地域支援事業（一般介護予防事業）、保健福祉事業等、リハビリテーション職能団体等

※保険者機能強化推進交付金・介護保険保険者努力支援交付金の活用が可能

石川県理学療法士会からのお知らせ

生活不活発に要注意！
家の中でも身体を動かそう😊



「動かない」と「動けなくなる」



新型コロナウイルス感染予防のため、外出自粛が求められています。家に閉じこもり、誰とも話をしない…なんてことはありませんか？
動かないこと（生活不活発）で、身体や頭の動きが低下し、**歩くこと**や**身の回りの生活動作**が行いにくくなります。

「生活不活発」の症状



動いて！食べて！おしゃべりして！

① なるべく毎日動くことを心がける

自分でできることは自分でやりましょう。横になる時間や座る時間を減らしてみましょ。体操や、人混みを避けるようにして散歩をすることも有効です。

② しっかりバランスよく食べて栄養をつけましょう

バランスよく三食食べることを意識してください。特に、筋肉を作る大切な栄養素の「たんぱく質（肉・魚・大豆等）」はしっかり摂りましょう。

③ 心の健康を保ちましょう

人との交流はとても大切です。対面での会話ではなく、電話などを利用して家族や友人と交流しましょう。正しい情報共有も不安の解消につながります。

理学療法士がオススメする体操をご紹介します！



取組事例：生活不活発予防体操パンフレットの活用

生活不活発チェックリスト！

下記の①～⑥の項目
1・2・3ヶ月前（左側）と **現在**（右側）の当てはまる状態に印をつけてください。

1・2・3ヶ月前	現在
① 屋外を歩くこと <input type="checkbox"/> 遠くへも一人で歩いていた <input type="checkbox"/> 近くなら一人で歩いていた <input type="checkbox"/> 誰かと一緒にあれば歩いていた <input type="checkbox"/> ほとんど外は歩いていなかった <input type="checkbox"/> 外は歩けなかった <input type="checkbox"/> 遠くへも一人で歩いている <input type="checkbox"/> 近くなら一人で歩いている <input type="checkbox"/> 誰かと一緒にあれば歩いている <input type="checkbox"/> ほとんど外は歩いていない <input type="checkbox"/> 外は歩けない	
② 自宅内を歩くこと <input type="checkbox"/> 何もつかまらずに歩いていた <input type="checkbox"/> 壁や家具を伝って歩いていた <input type="checkbox"/> 誰かと一緒にあれば歩いていた <input type="checkbox"/> 這うなどして動いていた <input type="checkbox"/> 自力では動き回れなかった <input type="checkbox"/> 何もつかまらずに歩いている <input type="checkbox"/> 壁や家具を伝って歩いている <input type="checkbox"/> 誰かと一緒にあれば歩いている <input type="checkbox"/> 這うなどして動いている <input type="checkbox"/> 自力では動き回れない	
③ 身の回りの行為（食事、入浴、洗面、トイレなど） <input type="checkbox"/> 外出時にも不自由はなかった <input type="checkbox"/> 自宅内では不自由はなかった <input type="checkbox"/> 不自由があるが何とかしていた <input type="checkbox"/> 時々人の手を借りていた <input type="checkbox"/> ほとんど助けてもらっていた （具体的な行為： ） <input type="checkbox"/> 外出時にも不自由はない <input type="checkbox"/> 自宅内では不自由はない <input type="checkbox"/> 不自由があるが何とかしている <input type="checkbox"/> 時々人の手を借りている <input type="checkbox"/> ほとんど助けてもらっている （具体的な行為： ）	
④ 車いす・歩行補助具（杖やシルバーカーなど）・装具の使用（屋内・屋外） （車いすの場合：□主に自分で操作 □主に他人が操作） <input type="checkbox"/> 使用していなかった <input type="checkbox"/> 時々使用していた【種類： 】 <input type="checkbox"/> いつも使用していた【種類： 】 <input type="checkbox"/> 使用していない <input type="checkbox"/> 時々使用している【種類： 】 <input type="checkbox"/> いつも使用している【種類： 】	
⑤ 外出の回数（30分以上の外出） <input type="checkbox"/> ほぼ毎日 <input type="checkbox"/> 週3回以上 <input type="checkbox"/> 週1回以上 <input type="checkbox"/> 月1回以上 <input type="checkbox"/> ほとんど外出していなかった <input type="checkbox"/> ほぼ毎日 <input type="checkbox"/> 週3回以上 <input type="checkbox"/> 週1回以上 <input type="checkbox"/> 月1回以上 <input type="checkbox"/> ほとんど外出していない	
⑥ 日中どのくらい体を動かしていますか <input type="checkbox"/> 外でもよく動いていた <input type="checkbox"/> 家の中ではよく動いていた <input type="checkbox"/> 座っていることが多かった <input type="checkbox"/> 時々横になっていた <input type="checkbox"/> ほとんど横になっていた <input type="checkbox"/> 外でもよく動いている <input type="checkbox"/> 家の中ではよく動いている <input type="checkbox"/> 座っていることが多い <input type="checkbox"/> 時々横になっている <input type="checkbox"/> ほとんど横になっている	
⑦ (1・2・3)ヶ月前より、歩くことが難しくなりましたか？ <input type="checkbox"/> 変わらない □難しくなった	
⑧ ほかに、難しくなったことはありますか？ <input type="checkbox"/> ない □ある → □和式トイレを使う □段差（高い場所）の上り下り □床からの立ち上がり □その他（具体的に記入： ）	

氏名： _____ (男・女： 才) 記入日： _____ 年 月 日

*このチェックリストで、□（一番良い状態ではない）がある時は注意しましょう。
 *特に 1・2・3ヶ月前（左側）と比べて、**現在**（右側）が一段でも低下している場合は、お近くの施設の理学療法士や地域包括支援センターの保健師等に相談しましょう。

いつでも！どこでも！ひとりでも！

●体操の原則●
 ①毎日続ける ②一度にやりすぎない ③痛みがある体操は無理をしない

膝痛予防の体操

●膝を閉じる運動（太もも内側の筋肉の強化・O脚予防）●

身の回りの生活動作とのつながり：立つ・歩く姿勢の改善

- ①両手を合わせて太ももの間に入れます ②両手を挟むように両太ももを閉じます



足幅はこぶし一つ分！

息を止めずに6秒程保つ！

●足を開く運動（足全体の筋肉の強化）●

身の回りの生活動作とのつながり：立つ・歩く姿勢の改善

*椅子からの転倒防止のため、手で椅子を持ちましょう **左 右**

- ①左膝を伸ばします ②左足全体を外に開きます ③左足を戻して、左膝をまげます 右側も同様に行います



つま先と膝は常に天井に向ける！体は正面のまま！

ゆっくり行うとより効果的！

YouTubeで体操をご覧ください。 「茨城県立健康プラザ シルバーリハビリ体操」で検索！ 公益社団法人 石川県理学療法士会

取組事例：生活不活発予防体操パンフレットの活用

行った体操に☑をつけてみましょう！（5月）

特に行ってほしい体操は大文字になっています（全種類の体操をしてもOKです）

日	月	火	水	木	金	土
					1 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	2 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防
3 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	4 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	5 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	6 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	7 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	8 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	9 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防
10 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	11 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	12 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	13 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	14 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	15 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	16 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防
17 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	18 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	19 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	20 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	21 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	22 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	23 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防
24/31 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	25 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	26 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	27 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	28 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	29 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防	30 <input type="checkbox"/> 肩こり <input type="checkbox"/> 腰痛 <input type="checkbox"/> 膝痛 <input type="checkbox"/> 転倒予防

感染症を拡大させないために



外出自粛 換気 手洗い 手指消毒 マスク着用 こまめな清掃

それぞれができることを守って、感染症を拡大させないように乗り越えていきましょう！

体操の内容等でご相談などありましたらお問い合わせください

お問い合わせ

公益社団法人 石川県理学療法士会 （担当：丸屋）
電話：076-254-1431 メール：info@ishikawa-pt.com



～住民主体の「通いの場」の活動をされる方へ～ 「通いの場」感染症対策 チェックポイント



1. 感染症基本対策

- 「3つの密（密閉・密集・密接）」を避ける！
- 「マスクの着用」（運動は、無理せず負荷を下げたり休憩を取りましょう）
- 「手洗い」（液体石けんを使って流水で手洗い）
- 「人と人との距離を確保」参加者間は互いに手を伸ばし手が届く範囲以上（できるだけ2m）空ける
- こまめに換気（30分に1回以上、2方向換気、季節に応じ服装にも配慮）
- 共有物品や頻回に手に触れる場所の消毒（ドアノブ等）
- 参加者の健康観察の徹底（参加日の朝に確認）
発熱や風邪症状などある場合は、無理せず休む



2. 会場利用時の注意点

- 飲食や食事を伴う場合、対面を避ける
- 活動時間を可能な限り短くする工夫
- 3密を考慮した会場選定（参加人数制限など）
- トイレ休憩や食事は全員一緒ではなく分散
- 参加者同士は対面を避け、活動時マイクを使用し極力大きな声を出さない
- 施設の使用会場以外への出入りは極力避ける



3. 感染拡大（再度の自粛要請）に対する備え

- 少人数集団の「集う」場所の検討
- 自主練習ができるような声掛け（電話やSNSの活用）
方法：屋外でのウォーキングや体操などの実施
- 自宅で自分でできる体操などのパンフレットや動画（DVD）などの活用



お問い合わせ

「通いの場」活動に関しては、事業を担当している管轄の地域包括支援センターや市区町村にお問い合わせください。



Q：送迎つきの通いの場で発熱が確認された時の対応について

教室到着時に体温測定した際に発熱が発覚した際、

- ①利用者家族に迎えに来てもらう。
- ②タクシーを利用してもらう。
- ③送迎車で送迎する。
- ④スタッフの車で送る。 が考えられます。



家族に連絡がつかないなどで①が不可能な場合、どのような手段を取るべきでしょうか。

A：基本は、日々の健康管理として、体温測定を習慣化し、その上で測定がされてない、又は発熱や風邪症状がある者は参加しない、送迎つきなら乗車させない、が前提となるように利用前に参加者の同意を得ておきましょう。

しかし、会場到着後に、検温にて発熱症状がみられた場合は、本ガイド第6章6節の「「通いの場」の集う前」などを参考にしましょう。

また、対応方法として考えられるものとして

- ①が望ましいですが、家族と連絡がつかない又は独居高齢者の場合は、緊急時の対応について事前に協力者などの確認しておきましょう。
- ②の場合は、公共交通機関の利用は望ましいとはいえないため受け入れが難しいと考えられます。
- ③送迎スタッフの个人防护具対策など感染予防対策を十分に行って、他の参加者とは別に（最後に）送迎を行うことも検討しましょう（送迎後は消毒なども行う）
- ④上記と同様にスタッフなどの感染予防対策を行うなどして実施することも可能ですが、使用する個人車については、事故なども考慮し委託先の事業所などの保険に加入しておく必要があります。

*発熱者と分かっている場合は、対応するスタッフの个人防护対策として、マスクの着用は必須ですが、可能であればゴーグルやエプロンなどの装着を推奨します。



Q：マスクを着用しての運動について

例えば「どれくらいの強度での負荷」「どれくらいの心拍まで」など、マスクを着用しての運動の目安や留意点を教えてください。

A：基本的には、本ガイド第3章2節の「各運動などに関すること」を確認しましょう。運動の目安は、マスクの有無にかかわらず、運動負荷の基準は変わりませんが、参加者の基礎疾患などに応じて設定する必要がありますので、必要な場合は専門職（かかりつけ医、理学療法士、保健師など）と相談をしましょう。なお、一般的に高齢者の運動強度の指標としては、METsや心拍数、自覚的運動強度（RPE）など様々な基準があります。

運動強度の設定の仕方として健康の維持向上のための運動強度は、有酸素運動であれば「にこにこペース」と呼ばれるおしゃべりをしながら運動ができ、汗ばむ程度が良いとされています。「にこにこペース」であれば一定時間運動を続けることができ、同時に体脂肪燃焼が促される強度にもなるからです。一方高強度で有酸素運動を続けると、筋力への効果も異なってきます。

また、一般的に高強度の運動では糖質が主なエネルギー源となり、中強度の運動で脂質やタンパク質も主なエネルギー源として使われます。体脂肪燃焼効果を求める場合は、高強度よりも中強度（少し汗ばむ、息が切れる程度）で一定時間運動を行うと良いでしょう。運動に求める効果や目的に合わせて運動強度を設定することが重要です。以下の心拍数と自覚的運動強度（RPE）の表を参考にしてください。

心拍数を基準とした場合：カルボーネン法を用います。

計算式 = (220 - 年齢) - 安静時心拍数) × 運動強度 (%) + 安静時心拍数

別表を参考に運動強度を設定してください。

自覚的運動強度（RPE）と心拍数との相対関係

自覚的運動強度（RPE）のBorgスケールでは、あてはまる6～20のポイントに10をかけると、そのときの心拍数に相当します。RPEと心拍数の相関は認められており、計算が難しい場合はRPEを用いると良いでしょう。ただし、RPEは気温などの外的要因の影響を受けるため、必ずしも同じ運動内容がいつも同じ強度（スケール）になるとは限りません。状況に応じて、適切な運動強度の指標を用いるようにしてみましょう。

【Q&A】

Q：マスクを着用しての運動について

計算式 = (220 - 年齢) - 安静時心拍数 × 運動強度 (%) + 安静時心拍数

別表を参考に運動強度を設定してください。

自覚的運動強度 (RPE) と心拍数との相対関係

自覚的運動強度 (RPE) のBorgスケールでは、あてはまる6~20のポイントに10をかけると、そのときの心拍数に相当します。RPEと心拍数の相関は認められており、計算が難しい場合はRPEを用いると良いでしょう。ただし、RPEは気温などの外的要因の影響を受けるため、必ずしも同じ運動内容がいつも同じ強度 (スケール) になるとは限りません。状況に応じて、適切な運動強度の指標を用いるようにしてみましょう。

参考：公益財団法人長寿科学振興財団：健康長寿ネット

カルボネン法 (目標心拍数の算出表)

対象・目的	運動強度 (%)	運動を始めたばかり		脂肪燃焼		心肺機能		最大心拍数
		40%	50%	60%	70%	80%	90%	
安静時心拍数 50~59	20代	108~113	122~127	137~140	151~154	166~167	180~181	191~200
	30代	104~109	117~122	131~134	144~147	158~159	171~172	181~190
	40代	100~105	112~117	125~128	137~140	150~151	162~163	171~180
	50代	96~101	107~112	119~122	130~133	142~143	153~154	161~170
	60代	92~97	102~107	113~116	123~126	134~135	144~145	151~160
	70代	88~93	97~102	107~110	116~119	126~127	135~136	141~150
	80代	84~89	92~97	101~104	109~112	118~119	126~127	131~140
	安静時心拍数 60~69	20代	114~119	127~132	141~144	154~157	168~169	181~182
30代	110~115	122~127	135~138	147~150	160~161	172~173	181~190	
40代	106~111	117~122	129~132	140~143	152~153	163~164	171~180	
50代	102~107	112~117	123~126	133~136	144~145	154~155	161~170	
60代	98~103	107~112	117~120	126~129	136~137	145~146	151~160	
70代	94~99	102~107	111~114	119~122	128~129	136~137	141~150	
80代	90~95	97~102	105~108	112~115	120~121	127~128	131~140	

ボルグスケール

6	
7	非常に楽である
8	
9	かなり楽である
10	
11	楽である
12	
13	ややきつい
14	
15	きつい
16	
17	かなりきつい
18	
19	非常にきつい
20	最大努力

この範囲が目安

Q：新型コロナウイルスに有効な界面活性剤及び次亜塩素酸水

A：(1) 界面活性剤

直鎖アルキルベンゼンスルホン酸ナトリウム (0.1%以上)

アルキルグリコシド (0.1%以上)

アルキルアミンオキシド (0.05%以上)

塩化ベンザルコニウム (0.05%以上)

塩化ベンゼトニウム (0.05%以上)

塩化ジアルキルジメチルアンモニウム (0.01%以上)

ポリオキシエチレンアルキルエーテル (0.2%以上)

純石けん分 (脂肪酸カリウム (0.24%以上)) 【6月25日追加】

純石けん分 (脂肪酸ナトリウム (0.22%以上)) 【6月25日追加】

※これらの界面活性剤の活用について、動画を作成し (関連リンク①外部リンク)、NITEのサイトに洗剤のリストを掲載しています (関連リンク②外部リンク) ので、御活用ください。

(2) 次亜塩素酸水 (有効塩素濃度35ppm以上) 【6月25日追加】

(ジクロロイソシアヌル酸ナトリウムを水に溶かしたのものについては、有効塩素濃度100ppm以上)

※「次亜塩素酸水」は、従来から新型コロナウイルス対策として物品の消毒に使用することが推奨されている「次亜塩素酸ナトリウム」とは別のものです。

これを踏まえ、新型コロナウイルスに対して有効な消毒・除菌方法の一覧を、関連資料①にまとめています。また、詳細については、関連リンク③外部リンクにあります独立行政法人製品評価技術基盤機構サイトに、検討委員会資料として公表しておりますので、あわせてご覧ください。

なお、限られた時間と検証リソースの中で緊急的に有効性評価を行ったことから、検証できなかった物資も存在しますが、これらの検証できなかった物資が新型コロナウイルスに有効である可能性もあります。本委員会でも検討した有効性評価の対象とならなかったことが、当該物資の新型コロナウイルスに対する有効性への何らかの評価を意味するものではありません。

参考：厚労省ホームページ

【Q&A】

Q：新型コロナウイルスに有効な界面活性剤及び次亜塩素酸水

新型コロナウイルスに有効な消毒・除菌方法（一覧）



（独）製品評価技術基盤機構（NITE）が実施した有効性評価の結果等を踏まえ、新型コロナウイルスに対して有効な消毒・除菌方法を紹介します。

従来から推奨してきた消毒方法

石けん・ハンドソープによる手洗い **手指**

アルコール（60%以上95%以下） **手指**

熱水 **物品**

塩素系漂白剤等 **物品**

※このほかにも、新型コロナウイルスに対して有効な消毒・除菌方法が存在する可能性があります。
 ※対象物と接触させて消毒する場合の効果は評価したものです。
 ※手指等への影響、空間噴霧の有効性・安全性は評価していません。

今回の評価事業を通じて、あらたに有効性が確認された方法

家庭用洗剤等

（界面活性剤・第4級アンモニウム塩）

物品

一部手洗い

- ▶ 直鎖アルキルベンゼンスルホン酸ナトリウム（0.1%）
- ▶ アルキルグリコシド（0.1%）
- ▶ アルキルアミノオキシド（0.05%）
- ▶ 塩化ベンザルコニウム（0.05%）
- ▶ 塩化ベンゼトニウム（0.05%）
- ▶ 塩化ジアルキルジメチルアンモニウム（0.01%）
- ▶ ポリオキシエチレンアルキルエーテル（0.2%）
- ▶ 純石けん分（脂肪酸カリウム）（0.24%）
- ▶ 純石けん分（脂肪酸ナトリウム）（0.22%）

使用方法

・住宅・家具用洗剤は、製品に記載された使用方法に従ってそのまま使う。



・台洗剤は、100分の1に薄めて、（水500mlに小さじ1杯）きれいな布などに浸して拭き取る。



・有効な界面活性剤が含まれる「家庭用洗剤」の製品リストを公開しています。



次亜塩素酸水

拭き掃除に使うとき

- ▶ 有効塩素濃度80ppm（=0.008%）以上のもの

※シクロイソシアヌル酸ナトリウムを水に溶かしたものは100ppm以上
 ※元の汚れがひどい場合は200ppm以上が望ましい
 ※その他の製法によるものは、製法によらず、必要な有効塩素濃度は可しです。

流水で掛け流すとき

- ▶ 有効塩素濃度35ppm（=0.0035%）以上のもの

物品

使用方法

・汚れをあらかじめ落としておく。十分な量の次亜塩素酸水で消毒したいモノの表面をヒタヒタに濡らし、拭き取る。

使用方法

・汚れをあらかじめ落としておく。次亜塩素酸水の流水で、消毒したいモノに掛け流し、拭き取る。



NITEの有効性評価の詳細はウェブサイトをご覧ください。 <https://www.nite.go.jp/information/koronataisaku20200522.html>