

COVID-19（新型コロナウイルス感染症）感染対策について

ご案内及びご協力をお願い

(2020年6月18日版)

例年にくらべて注意事項や制約が多くなりますが、最後までお読みいただき、ご理解ご協力のほどよろしくお願いたします。

現在職場や学校で行っている感染対策と大きく異なるものではありません。基本は「手洗い・うがい」です。

「うつさない・うつらない」ことを心掛けてください。

※今後の状況により適宜変更することがございます。ご了承ください。

【生活環境】

- ・お部屋は2～10人程度の相部屋となります。**エアコンはありません**。扇風機を設置します。
- ・お食事はテーブルごとに大皿で供され、ご自身で取り分けていただきます。
- ・お風呂、トイレ、洗面所は共同です。

初めて参加される方は、当協会のHPにある過去のセミナーの写真や、ペンション平川のHPをご覧になると、およそのイメージがつかめると思います。

【レッスン会場】

- ・**エアコンはありません**。窓を開け、扇風機等で十分に換気しながら行います。
- ・各奏楽堂は広いため、1.5～2m以上の距離を保つことが可能です。

【こちらでご用意できること】

- ・手指消毒剤を本館、各奏楽堂に設置します。
※アルコールでかぶれる方はご自身で体質に合ったものをご用意ください。
- ・各部屋に扇風機を設置します。窓を開け（網戸）、常に換気することが可能です。
- ・洗面所に石鹸、ペーパータオルを設置します。
- ・レッスン時に床の汚染を防ぐため、足元に敷くもの（古新聞等）を設置します。1レッスンごとに廃棄します。
※ご自身で廃棄をお願いします。廃棄方法は、スタッフからお知らせします。
- ・歌の方にはパーテーションをご用意する予定です。

【受講生ご自身でご用意いただくもの】

・手指消毒剤

こちらでもご用意いたしますが、なるべくご自分専用のものをご用意ください。頻繁な手洗い・消毒で手荒れが気になる方はハンドクリームなどもご持参ください。

・マスク、フェイスカバー

飛沫を飛ばさないことが目的です。**ウイルスを完全に防ぐことはできません。**

エアコンがないため、通常の不織布マスクですと熱中症の危険度が高くなります。

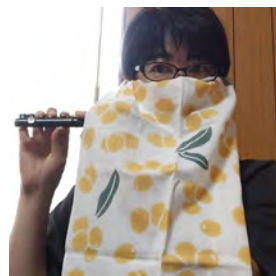
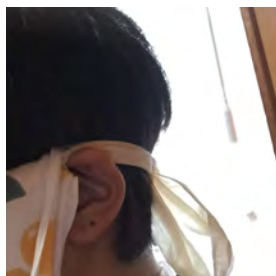
日中の暑さ対策として、夏素材のものや、夏用ネックゲイター、ベール状の簡易フェイスカバー等、飛沫を飛ばさないようなものを、各自工夫してご用意ください。（朝晩の涼しい時間帯は不織布マスクでもおすすめです）

使い捨てでないものは、複数ご用意いただくなどして、清潔にご利用ください。

→ 簡単で涼しいフェイスカバーの作り方（あくまで参考です。「これを作ってください」というものではありません。）

①お洒落なてぬぐい版

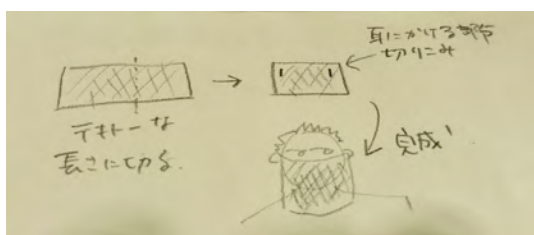
手ぬぐいの長辺の端を、紐またはゴムをはさんで、2cm幅程度に折ります。さらに、手ぬぐいを真ん中から半分の長さに折ります。紐またはゴムを鼻の上を横切るようにして、頭の後ろに結び、耳に掛けて留めます。



②超簡単冷感タオル版

100均などのひんやりタオルを顔の幅に切り、耳をかける穴をあけて完成です。（切らずに後ろで結んでも可）上のラインがピンとまっすぐ保たれるようにすると、呼吸時に口に触れにくくなります。

ゆるすぎるとブレスの際に吸い込むのでご注意ください（特に歌の方）。



切り込みを入れるだけ



【ご協力いただきたいこと】

- ・毎朝の体温測定をお願いします。できるだけご自身のものをお持ちください。
- ・奏楽堂・各部屋の清掃にご協力ください。詳細は当日ご説明いたします。
- ・おしゃべりは控えめに。マスクをするか扇子などで口元を覆ってください。
- ・風邪の症状（37.5℃以上の発熱・喉の痛み・痰・咳・鼻水・頭痛）・息苦しさ・倦怠感・下痢・嘔吐、味覚や嗅覚の異常、その他日常とは異なる症状があった場合には、早急にスタッフまでお申し出ください。
- ・必要に応じて協会やペンションからお願いをすることがあります。感染対策のため、ご協力ください。

<本館内共用部・各部屋>

- ・ごみの処分については当日スタッフからご説明いたします。整理整頓を心掛けてください。
- ・本館は狭いため、できるだけマスク類を着用してください。
- ・靴下、スリッパを必ず着用してください。マイスリッパの持参は可能ですが、触ったあとに必ず手指消毒もしくは手洗いをお願いします。
- ・部屋の換気を心掛けてください。ドアを必要時以外は開けておくなど、空気の通り道を確保してください。
- ・外から戻った際や、トイレの前後、コピー機操作後、ドアノブを触った後、食事前には必ず手洗い又は手指消毒をしてください。
- ・トイレを流す時は、必ず蓋を閉めてから水を流してください。男性の小用は座ってお願いします。
- ・洗面所は使用后、落した毛髪や飛び散った水をふき取り、清潔にご利用ください。
- ・グッズ、CD、楽譜などは直接触れずにご覧ください。楽譜はリストをご用意いたします。詳しくご覧になりたい際にはスタッフまでお申し付けください。
- ・プレイルーム（食堂内）の定員は2名とします。譲り合ってご利用ください。

<食事>

- ・食堂に入る前に必ず手を洗ってください。
- ・食器類の配膳にご協力をお願いします（ご自分の食器を運んでいただく等）。詳細は当日ご説明します。
- ・会話は最小限にとどめ、必要な場合は口元を覆うなどご配慮ください。

<お風呂>

- ・脱衣場は狭いため、1名ずつご利用ください。浴室内部は複数人お入りいただけます。
- ・洗面器、椅子、シャワーヘッド、シャンプー容器等は、使用後にお湯をかけるなどして洗ってください。
- ・おしゃべりは控えめに。

<レッスン>

- ・入室時に手指を消毒してください。
- ・個々の距離を2m以上とってください。
- ・基本的にマスク類をつけてください。歌の方は必須ですが、個人レッスンはマスク無しでできるよう、セッティング予定です。非常に暑い場合など、状況によって柔軟に対応してください。
- ・譜面台を高めに設定してください。
- ・楽譜ばさみを使用したり1冊に綴じるなどして、楽譜をまとめておいてください。楽譜を床にまき散らさないようご注意ください。
- ・管楽器の水滴を取り除く際は、他人や床にかからないよう十分にご注意ください。
新聞紙を必要な場所に敷き、演奏後は廃棄をお願いします。廃棄方法はスタッフからお知らせします。
- ・チェンバロは共用です。不用意に触れることはご遠慮ください。清掃は講師の指示に従ってください。また演奏前後に必ず手指を消毒してください。
- ・楽器、楽譜、譜面台から鉛筆一本に至るまで、ご自身の持ち物の管理を徹底してください。他人の物に触れることは極力避けてください。

<練習（個人・アンサンブル）>

- ・レッスンの注意事項に準じます。
- ・お部屋で練習される際は換気をしっかりとしてください。

<セミナー終了後>

- ・**最低14日間（8/30まで）、体温測定及び健康観察を実施してください。**
風邪の症状（37.5℃以上の発熱・喉の痛み・痰・咳・鼻水・頭痛）・息苦しさ・倦怠感・下痢・嘔吐、味覚や嗅覚の異常、その他日常とは異なる症状があった場合には、速やかに医療機関にかかっていただき、且つ事務局までご連絡ください。

【下記の方は参加をご遠慮いただきます】

- 1) 7/30以降に、
 - ①海外への渡航歴のある方
 - ②感染者、濃厚接触者、感染の疑いがある方と接触した方
 - ③感染の疑いがある場所や休業要請場所に出かけた方
- 2) 37.5度以上の熱がある方
- 3) 喉の痛みや咳、筋肉痛、体のだるさ（倦怠感）などの症状がある方
- 4) 味覚・嗅覚に異常を感じる方
- 5) 体調管理ができない方
- 6) 体温測定にご協力いただけない方
- 7) 協会・ペンションのお願いにご協力いただけない方