

# 調布市地域活動ガイド

～コロナ禍で地域活動を安全に実施するために～



調布市生活文化スポーツ部 協働推進課

## はじめに

新型コロナウイルス感染症拡大の長引く影響により、継続して国が提唱する「新しい生活様式」を実践するなど、新型コロナウイルス感染防止を一人ひとりが意識しながら行動していく必要があります。

地域活動においても、安全に活動を実施・再開するにあたり、新型コロナウイルス感染防止と地域活動を両立するための工夫が必要となります。本ガイドは、安全に地域活動を実施するために必要となる対策等について、留意点をまとめたものです。

自治会等地域活動を行う皆様におかれましては、本ガイドを参考にしてくださいとともに、感染拡大の動向に注意し、安全を確保しながら活動を実施くださいますようお願いいたします。

令和4年1月更新

調布市生活文化スポーツ部 協働推進課

## 目次

1 「新しい生活様式」 .....	2
2 感染防止における基本的対策 .....	2
3 各活動に共通する対策 .....	3
4 各活動ごとの対策（具体例） .....	5
5 回覧について .....	8
6 参考 .....	8
7 問い合わせ .....	10
8 本ガイドについて .....	10

## 1 「新しい生活様式」

長期化する新型コロナウイルス感染拡大の中で、一人ひとりが「新しい生活様式」を実践し、大切な地域を守るために感染拡大防止を継続していく必要があります。

### 「新しい生活様式」の実践例

**(1) 一人ひとりの基本的感染対策**

**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2m（最低1m）空ける。
- 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける。
- 外出時や屋内でも会話をするとき、人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する。ただし、夏場は、熱中症に十分注意する。
- 家に帰ったらまず手や顔を洗う。  
人混みの多い場所に行った後は、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。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

**(2) 日常生活を営む上での基本的な生活様式**

- まめに手洗い・手指消毒  咳エチケットの徹底
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に）  身体的距離の確保
- 「3密」の回避（密集、密接、密閉）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



密集回避   密接回避   密閉回避   換気   咳エチケット   手洗い

【参考：新しい生活様式(厚生労働省ホームページ)】

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_newlifestyle.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html)

## 2 感染防止における基本的対策

地域において地域活動を行う際には以下の基本的対策をご確認ください。  
また、対策を講じて実施が考えられる場合も感染拡大等の状況が懸念される場合には、無理に実施せず延期や中止なども考慮してください。

### (1) 活動実施時の基本的事項を確認しましょう

下記の基本的事項の対策を講じるなど、適切な感染防止策が実施されることを前提に活動を実施しましょう。

## 基本的事項

- ・ 事前に参加者に体調の確認を促し、体調不良の方の参加を遠慮願う
- ・ 手指消毒用アルコールの設置と手洗い、手指消毒の徹底
- ・ 咳エチケットとしてのマスクの着用
- ・ 体温計やサーモグラフィーにより、体調確認できる体制の整備
- ・ 換気による必要排気量を確保し、長時間密閉空間とならないような対策
- ・ 人が密集して過ごすような空間にならないような対策
- ・ 会話等による飛沫感染の危険が軽減できる程度に利用者間の距離が確保できる配置
- ・ その他、来場者の制限や誘導を行うなど、イベント等の内容や開催状況に応じて、必要な感染防止対策

### (2) 3つの密を回避しましょう

#### ○密閉の回避：換気の確実な実施

- ・ 各施設使用時における換気の実施（定期的な窓開けによる換気等）

#### ○密集の回避：施設内・会場内の混雑緩和

- ・ 入退場時の密集回避「（時間差による入退場等），受付時や施設内の動線の工夫による入場者の整理，待合場所等の密集回避
- ・ 各施設を利用する場合，態様に応じた諸室の利用人数の制限を守る（施設ごとのルールを確認する）

#### ○密接の回避：人と人との距離の確保

- ・ 各施設の利用や実施イベント等の態様に応じた対人距離の確保（最低1メートル，なるべく2メートル以上間隔をあける）
- ・ 近距離での会話や発声を避けるため，受付等での参加者対面時における距離の確保，アクリル板や透明ビニールカーテンなどによる遮蔽を行う。

## 3 各活動に共通する対策

### (1) 活動前に対策チェックを行いましょよう。

活動する際の代表者は、活動前・活動時に参加者全員の対策状況を確認しましょう。

- ※ 「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」（別紙1）をご利用ください。

(2) 参加者名簿を作成しましょう。

新型コロナウイルス感染症の感染経路を確認するためには、当日の利用者の把握が必要です。主催者の方は参加者名簿を作成し、利用後1カ月間は保管をお願いします。

※ 「参加者名簿」（別紙2）をご利用ください。

※ 感染者発生の際には必要に応じて公的機関へ情報が提供されることを参加者に周知するなど、個人情報の取扱いについても注意しましょう。

(3) 人数制限を守りましょう。

活動を実施する際は下記の考え方をもとに、活動実施方法を検討してください。（下記の考え方をもとに各施設ごとの人数制限がありますので、あわせて使用施設のルールを確認してください。）

<人数制限の考え方>

時期	開催内容	収容率	人数上限（原則）
令和3年 12月1日 から 当面の間	大声なしの場合 (大声での歓声・声援等がないことを前提としうるもの)	100%以内 (席がない場合は適切な間隔。最低限人と人が接触しない程度の間隔)	5,000人 又は 収容定員50%以内のいずれか大きい方  ※感染防止安全計画を策定した場合は収容定員まで可
	大声ありの場合 (大声での歓声・声援等が想定されるもの)※コンサート、スポーツイベント等	50%以内 (席がない場合は十分な間隔。最低1m)	

※ 人数制限の考え方については、国や市の方針等により、変更となる可能性があります。

※ 感染防止安全計画等について、詳しくは、本ガイド「6 参考」の「イベント開催等における感染防止安全計画又はチェックリスト等の取扱い」掲載のホームページをご確認ください。

(4) 消毒・衛生対策をしましょう。

- 石鹸や消毒用アルコールを準備しましょう。
- ゴミが発生した場合は、ビニール袋などに密閉しましょう。
- 清掃時などは、マスクや手袋を着用しましょう。

(5) イベント等の開催時はチェックリストを作成しましょう。

安全にイベント等を開催するため、東京都から示された取扱方針に基

づき、規模にかかわらず令和3年12月1日以降「イベント開催時のチェックリスト」の作成・公表・保管をお願いしています。

詳しくは、本ガイド「6 参考」の「エ イベント開催等における感染防止安全計画又はチェックリスト等の取扱い」掲載のホームページをご確認ください。

概要は下記をご参照ください。

<b>【イベント等にあたる対象】</b>
屋内・屋外にかかわらず、 <u>不特定多数の参加者の参集・参客が想定される催物や行事</u> （参加者を限定して実施する活動（関係者のみの会議やサークル活動，事前予約などにより参加者を把握できる場合など）はイベントには該当しません。）
<b>【イベント等開催時の対応ポイント】</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>・ 「イベント開催時のチェックリスト」を作成</li><li>・ 「イベント開催時チェックリスト」の公表(ホームページで公表，当日会場に掲示など)</li><li>・ 作成した「イベント開催時チェックリスト」を1年間保管 ※「(東京都様式) イベント開催時のチェックリスト」(別紙3)をご利用ください。</li></ul>

#### (6) その他

- ・ 重症化リスクの高い人（高齢者や基礎疾患をお持ちの方など）には、特に対策を徹底してもらいましょう。
- ・ 活動前後は会話を控え，活動終了後は速やかに解散しましょう。
- ・ 夏季においては飲料を準備するなど熱中症対策を行いましょ。
- ・ 対策が十分にとれない場合は，中止・延期やオンラインの活用など実施方法の変更を検討しましょう。

## 4 各活動ごとの対策（具体例）

これまでの内容を取り入れながら，各種活動事例における具体的な留意点をお示しします。

なお，記載の活動はあくまで一例となりますので，各団体において，活動内容に応じて，適宜，感染拡大防止の対策に努めてください。

※より詳細な判断基準が必要な場合は「6 参考」の各ガイドラインを参考にしてください。

<各活動ごとの対策（具体例）>

活動の種類	対策（具体例）
全活動共通	<ul style="list-style-type: none"> <li>・適切なマスク着用を徹底しましょう。</li> <li>・活動で大声を出さないよう配慮しましょう。</li> <li>・3密を避けましょう。（身体的な距離の確保，密集する状況，換気の徹底）</li> <li>・飲食は控えましょう。（※飲食する場合は，感染防止対策したエリアを設ける等一定要件を満たす必要あり）</li> <li>・活動前後の感染防止を徹底しましょう。</li> <li>・参加者の連絡先を把握しましょう。</li> <li>・イベント等の開催時はチェックリストを作成しましょう。</li> </ul> <p>※詳しくは，本ガイド「6 参考」の「エ イベント開催等における感染防止安全計画又はチェックリスト等の取扱い」掲載のホームページをご確認ください。</p>
会議，研修，学習会（定期総会，各種会議など）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・滞在時間が短くなるよう工夫しましょう。</li> <li>・不特定多数の人が利用するテーブルやイスなどの物品はこまめに消毒をしましょう。</li> <li>・集まる場合は，委任の手段を活用し，最小限の人数で開催しましょう。</li> <li>・人と人との距離が確保できるよう座席を工夫しましょう。</li> <li>・開催中はマスクを着用し，対面での着席は控えましょう。</li> <li>・資料等の配布はあらかじめ机に置くなど，手渡しを避けましょう。</li> <li>・上記が困難な場合は書面開催やオンライン会議を検討しましょう。 など</li> </ul>
各種会合（簡単な打合せなど）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・参加者のマスク着用を徹底しましょう。</li> <li>・座席の間隔を，できるだけ2m（最低1m）空けましょう。</li> <li>・食事が提供される場合，食事中的会話を控えましょう。</li> <li>・上記が困難な場合は書面開催やオンライン会議を検討しましょう。 など</li> </ul>
交流会，発表会（囲碁・将棋，カラオケなど）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・参加者が共有する可能性がある物品（駒，マイク等）はこまめに消毒をしましょう。</li> <li>・人と人が触れるような活動は控えましょう。</li> <li>・直接手で触れることができる展示物は展示しないようにしましょう。</li> <li>・部屋ごとの人数制限を守り，一度に大人数が滞留しないようにしましょう。</li> <li>・不特定多数の人が触れる場所（ドアノブ，便座等）はこまめに消毒をしましょう。 など</li> </ul>
運動を伴う活動	<ul style="list-style-type: none"> <li>・参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・歩く，走るイベントについては，前の人の呼気の影響を避けるため，可能であれば前後一直線に並ぶのではなく，並走するか斜め後方に位置を取りましょう。</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 運動中マスクを外す場合は、人と人との間隔を、できるだけ2m（最低1m）空け、会話は控えましょう。</li> <li>・ 人と人が触れるような活動や行動（ハイタッチ、握手等）は控えましょう。</li> <li>・ 更衣室などは換気を徹底し、定員の半分以下で利用しましょう。</li> <li>・ こまめに手洗いをしましょう。</li> <li>・ こまめな水分補給など、熱中症についても対策をしましょう。 など</li> </ul>
清掃活動 （ごみ拾い など）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・ 作業は人と人との間隔を、できるだけ2m（最低1m）空けて行いましょう。</li> <li>・ グループでなければできない作業を行う際は、マスク、手袋を必ず着用して大声での会話は控え、人と人が接触しないようにしましょう。 など</li> </ul>
防犯・交通安全活動 （防犯・交通安全パト ロールな ど）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・ パトロール前後の作業や打合せにおいて、3密が生じないようにしましょう。</li> <li>・ 活動は人と人との間隔を、できるだけ2m（最低1m）空けて行いましょう。</li> <li>・ 道路等での声かけや物品の配布などを行う際はマスク、手袋を着用しましょう。</li> <li>・ グループで活動する際は大声での会話は控え、人と人が接触しないようにしましょう。 など</li> </ul>
防災訓練	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・ 体験ブース等ではマスクを着用し、手指消毒ができる準備をしましょう。</li> <li>・ 体験ブース等の行列で密集が起こらないよう、行列は人と人との間隔をできるだけ2m（最低1m）空ける、整理券を配布するなどして行列が生じないように工夫しましょう。</li> <li>・ 防災講演等座る場所を設ける場合、座席数を制限するなどの工夫をしましょう。</li> <li>・ 不特定多数の人が利用するテーブルやイスなどの物品はこまめに消毒をしましょう。 など</li> </ul>
物販を伴う 活動 （フリーマ ーケットな ど）	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・ 参加者の連絡先等の把握を徹底しましょう。</li> <li>・ 不特定多数の人が利用するテーブルやイス、カゴなどの物品はこまめに消毒をしましょう。</li> <li>・ 現地で飲食を伴う内容は控えましょう。</li> <li>・ 物品を選ぶ際や購入時は人と人との距離が確保できるよう場内整理しましょう。</li> <li>・ 対面で販売を行う場合は、アクリル板やビニールカーテンにより購買者との間を仕切りましょう。 など</li> </ul>
その他多人数が参加するイベント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 参加者数の制限を守りましょう。</li> <li>・ 主催者は、感染拡大予防のため主催者・参加者が順守すべき事項をあらかじめ整理し、参加者に向け、事前や当日の対策の徹底を周知しましょう。（3密回避、十分な人と人との間隔の確保（できるだけ2m、最低1m）、こまめな手指消毒や備品の消毒、マスクの着用、換気と保湿、検温、参加者管理等）</li> <li>・ 不特定多数の方が一つの場所に集まる恐れがある場合、誘</li> </ul>



導を行い，3密が生じないようにしましょう。 <ul style="list-style-type: none"><li>・ 現地で飲食を伴う内容は控えましょう。</li><li>・ 物販を行う場合は，「物販を伴う活動」を参照しましょう。</li><li>・ スポーツ等のイベントを行う場合は，「運動を伴う活動」を参照しましょう。</li><li>・ 主催者は，参加者の連絡先等の把握を徹底しましょう。</li><li>・ 行事の前後において，3密が生じる交流を自粛しましょう。など</li></ul>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

※参加者数の制限は「3の(3) 人数制限を守りましょう。」を参照してください。

## 5 回覧について（自治会等）

回覧板等による地域での情報共有は，地域活動情報を伝える大切な手段の一つです。回覧方法につきましては，下記のとおりご配慮ください。

- ・ 回覧物，掲示物の仕分け作業を行う場での3密を避けた環境整備の工夫をしましょう。
- ・ なるべく直接の手渡しを避け，ポストに投函するようにしましょう。
- ・ 回覧板は多くの人の手に触れますので，回覧板に触れる前後は手洗い，手指消毒をしましょう。
- ・ 回覧板の接触感染を不安に思う方もいるため，受取を遠慮する旨の申出があったお宅には回さないなど配慮しましょう。
- ・ 回覧の内容を考慮し，緊急でないものは回覧しないことや街頭掲示板やインターネットツールを活用しましょう。

## 6 参考

### (1) 各種ガイドライン

ア 調布市公共施設の開館・利用における感染拡大防止ガイドライン  
《調布市ホームページ》

<https://www.city.chofu.tokyo.jp/www/contents/1591680854495/index.html>



イ 各業種別ガイドライン

《内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室ホームページ》

<https://corona.go.jp/prevention/pdf/guideline.pdf>



ウ 事業者向け東京都感染拡大防止ガイドライン～「新しい日常」の定着に向けて～

《東京都ホームページ》

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/1009757/1012758.html>



エ イベント開催等における感染防止安全計画又はチェックリスト等の取扱い

《調布市ホームページ》

<https://www.city.chofu.tokyo.jp/www/contents/1639553938399/index.html>



(2) 地域活動に関する支援等

ア 総会等を書面で実施する場合の参考書式

総会等の書面決議をする際の参考として書式を掲載しています。

(別紙4)

イ 非接触式体温計の貸し出し

地域活動を実施する場合に非接触式体温計の借り入れができます。申込みは「7 問い合わせ」の協働推進課までご連絡ください。

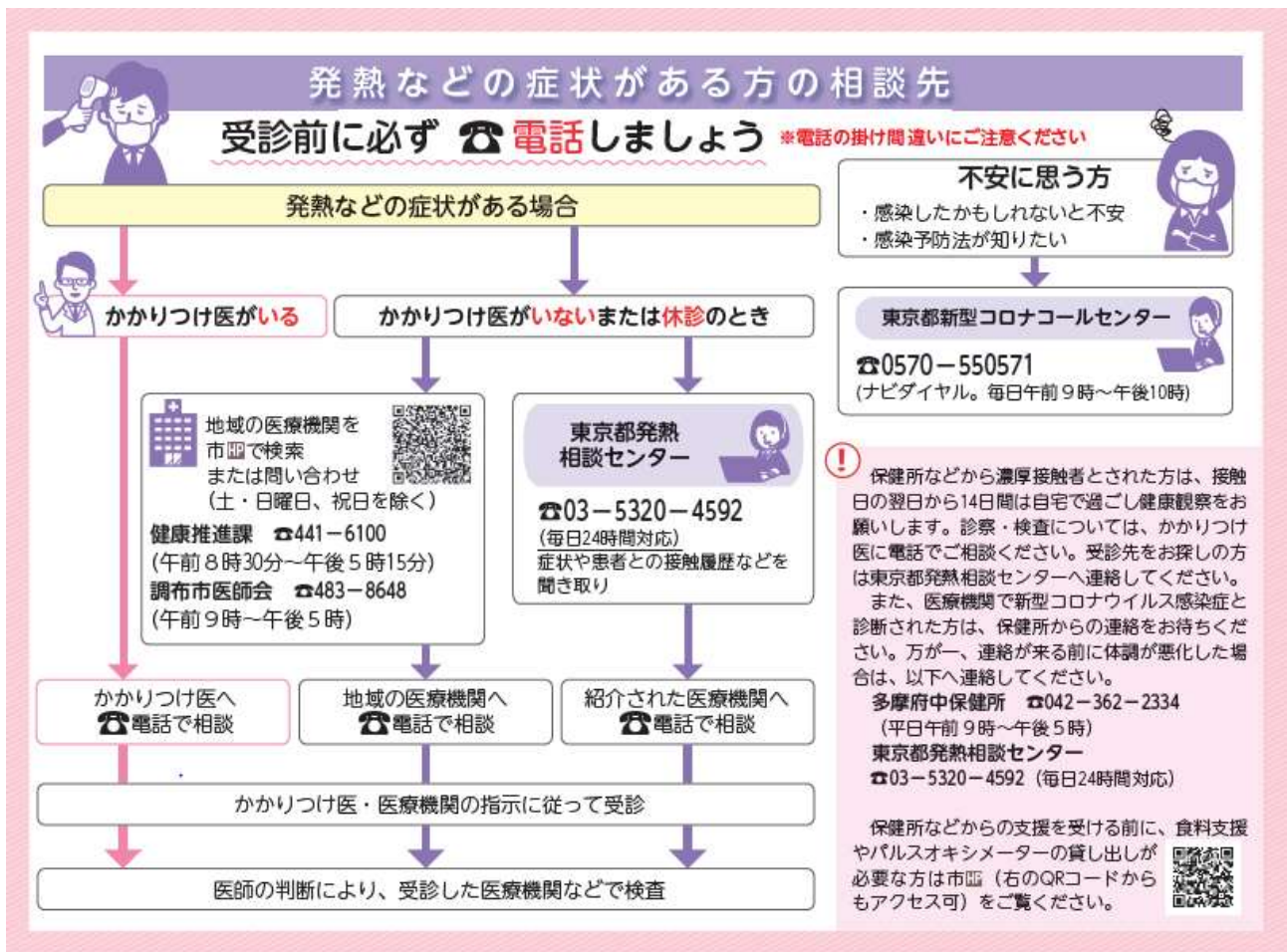
(3) 調布市コロナアプリ

新型コロナウイルスに関する情報を迅速に得ることができるアプリです。詳しくは下記調布市ホームページをご覧ください。

<https://www.city.chofu.tokyo.jp/www/contents/1599438419030/index.html>



- (4) 新型コロナウイルス感染症が心配な時（発熱などの症状がある場合）  
 ※市報（令和3年9月20日号）より抜粋



## 7 問い合わせ

調布市生活文化スポーツ部協働推進課 042-481-7036

## 8 本ガイドについて

- ・本ガイドは、状況に応じて随時更新します。
- ・本ガイドは、「調布市公共施設の開館・利用における感染拡大防止ガイドライン」の方針に準じます。
- ・本ガイドは、安全な地域活動を促進し、活動の判断を補完するものであるため、活動実施の目安としてご活用ください。
- ・本ガイドを参考とする期間は、令和3年3月～当面の間とします。

**【更新】** 第1版 令和3年3月作成  
 第2版 令和3年11月更新  
 第3版 令和4年1月更新