

《サークル活動におけるガイドライン》 R2.6.19～

サークル活動の実施に当たり、以下のとおり新型コロナウイルス感染予防のためのガイドラインを定めます。

【利用形態別一覧】

主な活動形態	サークルの例	基本的事項	利用形態ごとの注意	参考
近距離で対面する活動	囲碁 将棋 健康マージャンなど	<ul style="list-style-type: none"> ・身体的距離の確保（最低1m、できれば2m） ・マスクの着用 ・手洗い ・換気（30分に1度） 	<ul style="list-style-type: none"> ・マージャン卓にあっては、できるだけ椅子を後ろに下げて対人距離を確保するよう努める。 ・碁石、駒、牌、点棒等の物品は使用後十分消毒する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・レクリエーション活動の再開に向けたガイドライン ・マージャン店営業等におけるガイドライン
発声、高唱を伴う活動	カラオケ 合唱 詩吟 など	<ul style="list-style-type: none"> ・身体的距離の確保（最低1m、できれば2m） ・マスクの着用（換気や身体的距離が確保できれば外すことも可能） ・手洗い ・換気（30分に1度）又は窓の開放 	<ul style="list-style-type: none"> ・歌唱者間は両手を伸ばし前後左右で隣の人の手に触れない距離を確保する。 ・これまで利用していた部屋より広い部屋を利用し、身体的距離を確保することが望ましい。 ・マイク、リモコン等の高頻度接触部位の消毒に特に留意すること 	カラオケボックス等の歌唱を伴う飲食の場におけるガイドライン等
運動を伴う活動 (1)呼気が激しくなるような運動	卓球 ダンス バドミントン フレッシュテニス ビーチボール など	<ul style="list-style-type: none"> ・身体的距離の確保（余裕をもった距離の確保が望ましい） ・練習中のマスク着用は不要（練習以外の時間、特に会話する時には着用） ・手洗い ・換気（30分に1度） 	<ul style="list-style-type: none"> ・卓球台やコートの設定は十分に間隔をあける。（4m以上を推奨） ・当面の間ダブルスの練習を避けることを推奨する。 ・チェンジコートは行わない。 ・コート内での会話や接触は避け、会話等はコート外でマスクを着用した上で行う。 ・過度な大声、頻回の声出しはしない。 ・ハイタッチや握手等のスキンシップはしない。 ・共有する物品は使用後十分消毒する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・レクリエーション活動の再開に向けたガイドライン ・日本卓球協会におけるガイドライン ・バドミントン活動ガイドライン
運動を伴う活動 (2)(1)以外の運動	健康体操 カローリング フラダンス ヨガなど	<ul style="list-style-type: none"> ・身体的距離の確保(最低1m、できれば2m) ・マスクの着用（換気や身体的距離が確保できれば外すことも可能） ・手洗い ・換気（30分に1度） 	<ul style="list-style-type: none"> ・身体的距離を確実に確保するため、参加者の定位置をあらかじめ床等にマークしておく。 ・共有する物品は使用後十分消毒する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・レクリエーション活動の再開に向けたガイドライン ・フィットネス関連施設におけるガイドライン
飲食を伴う活動	料理教室 茶道	<ul style="list-style-type: none"> ・身体的距離の確保（最低1m、できれば2m） ・マスクの着用 ・手洗い ・換気（30分に1度） 	<ul style="list-style-type: none"> ・衛生管理を徹底するとともに、人と人との密着が生じないよう試食等は間隔を空け、会話は控えめにする。 	