

別表 1 阿見町立公民館・ふれあいセンター活動別利用の遵守事項

作成 令和 2 年 8 月 1 日
一部改定 令和 2 年 8 月 18 日

本表は、新しい生活様式に基づく阿見町立公民館・ふれあいセンター利用ガイドラインに加えて、実際の活動の際は下記の事項を遵守してください。なお、遵守しない個人・団体については、利用・貸出しを制限することがあります。

●お互いの手の届く範囲で行われる活動

活動の種類	利用遵守事項
囲碁，将棋，麻雀等	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの着用を徹底する。(※1) ・椅子，座布団等を後ろに下げるなど，できるだけ対人距離を確保する。 ・碁石，駒，牌などの道具はできるだけ個人で持参し，使用前後に各自で除菌する。 ・換気を徹底する（1 時間あたり 2 回以上が目安）

●専ら運動することを目的とした活動

活動の種類	利用遵守事項
体操(太極拳，ヨガ，ストレッチ運動，健康体操，整体鍛錬など)	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの着用を徹底する。(※1) ・強度が高く呼吸が激しくなるプログラムは避ける。 ・体操等で使用する用具は，できるだけ参加者同士で共有しないようにする。 ・レッスン時は隣の人と最低 2m 四方の間隔を空ける。(両手を広げてぶつからないように) ・換気を徹底する。(1 時間あたり 2 回以上が目安) ・講師は，参加者の体調管理を徹底する。 ・講師は，参加者を確実に分散させるため，参加者の立ち位置をあらかじめ床などにマークする。
踊り，ダンス，エアロビクス，武道等	<ul style="list-style-type: none"> ・体操に準ずるほか，ストレッチやシャドーを主とし，利用者同士の接触を避ける。
卓球	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの着用を徹底する。(※1) ・ラケットやボールは各自で用意する。 ・換気を徹底する。(1 時間あたり 2 回以上が目安) ・ダブルスの練習・試合は避ける。 ・練習・試合中のチェンジコート等を行わない。 ・複数の者が同じボールを使用することを避ける様に努める。 ・卓球台の上で手を拭いたりしない。

※1 感染防止対策のため、マスクを着用して活動する場合は、熱中症などの健康被害が発生するリスクが高まることから、室温の管理や衣服などで体温調整し、こまめに休憩を取り入れ、水分を補給するなどの対策を十分に行うこと。

※2 各団体の新型コロナウイルス感染拡大防止ガイドラインも参照すること。

●大きな声を出すことや歌う活動

活動の種類	利用遵守事項
合唱, コーラス, 詩吟, 民謡, 謡曲, 軽音楽 (歌唱あり)	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの着用を徹底する。マスクをしたまま歌唱する。(※1) ・施設収容人数を守り, 密度を下げ利用する。 ・連続した練習時間は30分以内とし, 5分以上の換気を行う。 ・歌唱の際に対面になることを避ける。 ・歌唱する者の距離は, 前後2m以上, 左右1m以上のスペースを確保する。 ・楽譜等の共有を避ける。 ・各団体のガイドラインを遵守し活動する。
カラオケ	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの着用を徹底する。マスクをしたまま歌唱する。(※1) ・マイク等機器の除菌を徹底する。歌唱後, 他者にマイクを渡す際は必ずマイクを除菌する。 ・歌唱する者の前方2m以上, 左右1m以上のスペースを確保する。 ・近距離で向かい合うことは避ける。 ・換気を徹底する。(1時間あたり2回以上が目安)

●調理・飲食(茶道のみ)を伴う活動

活動の種類	利用遵守事項
料理教室, そば打ち, 調理	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの着用を徹底する (※1) ・調理者は, 指の消毒や手洗いなど, 日常的な感染防止対策に特に努める。 ・施設収容人数を守り, 密度を下げ利用する。 ・調理室を利用する人は, 各自専用の上履きや手拭きタオル等を用意し, 他者と共有しない。 ・使用する器具は, 使用前後に消毒 (洗剤による洗浄) を行う。 ・衣服, エプロン等はこまめに洗濯したものを使用する。 ・調理中の味見以外の試食は行わない。 ・調理中の会話は, 極力控える。 ・調理した料理は, 各自が用意した清潔な容器に入れて持ち帰り, 速やかに (調理後2時間以内) 喫食する。
茶道	<ul style="list-style-type: none"> ・マスクの着用を徹底する。(※1) ・換気を徹底する。(1時間あたり2回以上が目安) ・茶室内は1m以上の距離を保ち対面を避ける ・茶道具はできるだけ個人で持参し, 共用を避ける。 ・(君原公民館茶室利用時) 各自専用の上履きを用意し, 他者と共有しない。 ・飲み回しは避ける。 ・各団体のガイドラインを遵守し活動する。