**新型コロナウイルス感染症、ここだけは特に注意！**

令和４年(2022年)８月

１　活動中ずっと気を付けること

●消毒

手や顔を洗う（消毒液があったり、「消毒してください」と言われたら必ず行う）。

●人との間隔をあける

できるだけ2ｍ（最低1ｍ）あける。

　●人がそばにいるとき、会話をするとき

・屋内にいるときや会話をするときは、マスクをつける。

・会話をするとき、できるだけ真正面を避ける。

|  |
| --- |
| ただ、熱中症も心配です。屋外で、まわりに人がいないところでは、マスクをはずして呼吸をととのえても大丈夫です（暑いときや息苦しいとき）。 |

　●同じものを使ったり、手をつなぐ必要がある場面では、ビニール手袋を遠慮なく使う。

　●体調が悪いと感じたら無理をしない（すぐにリーダーに知らせる）。

２　場面ごとに気を付けること

●バスの中

　基本的におしゃべりせず、静かにすごす（話をするなら小声で最小限に）。

　※休けいのパーキングエリアでは、大きく深呼吸しましょう。

●食事をするとき

　・食堂入口の消毒をしっかり行う（適当ですませない）

　・できる限り距離をあけて座る

　・学校の給食と同じで「黙食」（だまって食べる）。楽しい会話は食べたあとで。

　　※特にマスクを外している場面ではしゃべらない。

話をするときは必ずマスクを着ける。

●お風呂に入るとき

　・洗い場や風呂では、できる限り間隔をあける。

　・マスクを外している間は会話を控える。特に、１メートル以上の間隔がとれない状況があるところでは会話しない。

　　※楽しくなって騒いでしまう状況にならないよう、お互いに特に気を付ける



●寝るとき（和室）

　・部屋をしめきらない。暑くてもすき間をあけて風をとおす。

　・顔と顔が１メートル以上離れるよう工夫してふとんをしく。

　・施設の「ゴミ袋をつけたふとんにシーツをまき、洗濯ばさみ

を付ける」対策を適当にせず、必ず行う。

　・マスクを外している間は会話しない。話すときはマスクをし、距離を1mあける。

　・決められた時間を過ぎたら必ず寝る。

特に2022夏、はやっているのは…

(風をとおす)がだいじ！

●まどやドアを開け、しめきらない

　※自分から気付いて声をかけよう

●きもだめしをするとき

　　・上記のようなコロナ対策に気を付けておどかす。

　　・大きな声をあげない。