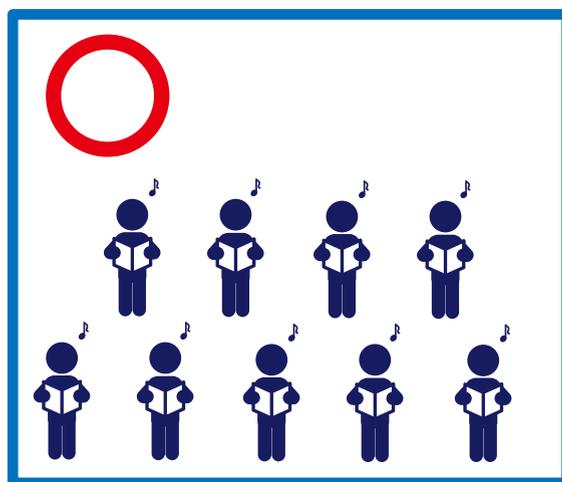
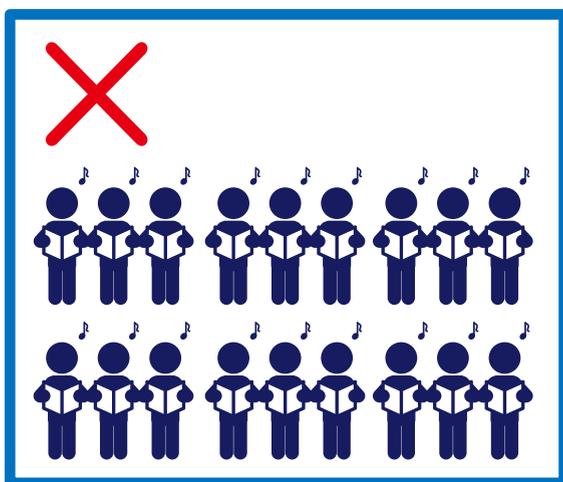


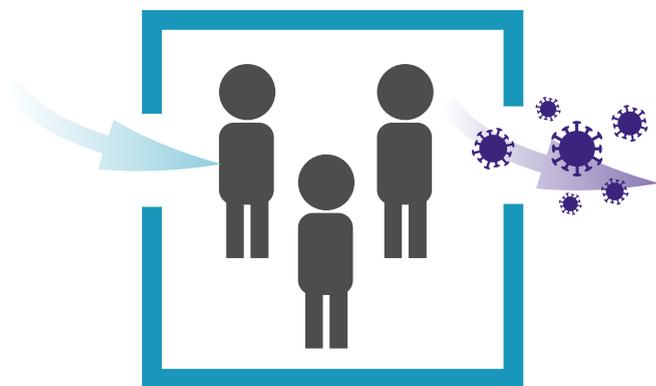
# 利用施設

- ① 人数制限など施設の留意事項等を踏まえて利用しましょう。

人数制限が「10人」の場合…



- ② 窓の開放が可能である、もしくは、機械換気により必要換気量が確保できる施設を利用しましょう。



- ③ 感染予防対策が徹底されている施設を利用しましょう。



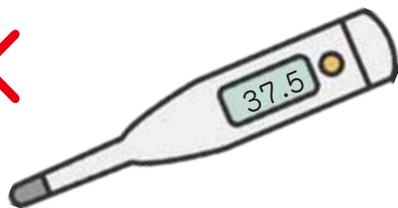
# 日常の対策

## ① 名簿の管理

## ② 体調の管理

- ① マスクを着用し、咳エチケットを実践しましょう。
- ② まめに手洗い・手指消毒を行きましょう。
- ③ 定期的に検温を行い記録しましょう。
- ④ 活動前1週間内に、以下に該当する項目があれば、出席しないようにしましょう。

### A 平熱を超える発熱



### D 味覚・嗅覚障害



### B 咳、呼吸困難、咽頭痛、鼻汁・鼻閉



### E 目の痛みや結膜の充血

### F 下痢、嘔気・嘔吐

### G 感染症陽性者との濃厚接触

### H 感染の疑いがある同居家族・知人がいる

### C 全身倦怠感、頭痛、関節・筋肉痛



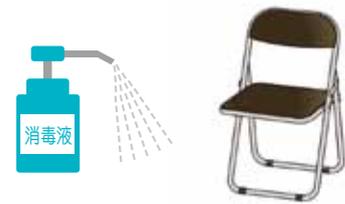
### I 過去14日以内に、入国制限、入国後の要観察期間地域への渡航、または当該在住者との濃厚接触がある

- ## ③ 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)や地方公共団体の接触確認システムを導入するなど、接触確認が容易となるよう心がけましょう。

# 練習当日の対策Ⅰ

## ① 会場設営・撤収

- ① 椅子や譜面台等備品の搬出入・設置は、**予め時間と人員**を設定し、十分な時間をもって設営・撤収を行きましょう。
- ② 必要に応じて**マスク**を着用し、**咳エチケット**を実践しましょう。
- ③ 十分な**距離**(1m)を確保しながら設営・撤収しましょう。
- ④ 設置後、備品の**消毒**を行きましょう。  
ピアノは専用クリーナーの使用を！
- ⑤ 設営前後・撤収後に**手洗い**をしましょう。



## ② 会場入場時

- ① 密集しないよう、**分散入場策**を講じましょう。
- ② 窓と出入り口を開放し、**換気**を行きましょう。
- ③ 必要に応じて**マスク**を着用し、**咳エチケット**を実践しましょう。
- ④ 入場前に**手洗い**をしましょう。
- ⑤ 人との**間隔**を1m離し、  
会話はなるべく控えましょう。
- ⑥ 楽譜類は手から手への**配布**を避け、  
回覧はしないようにしましょう。
- ⑦ 会場内での**飲食**は控えましょう。



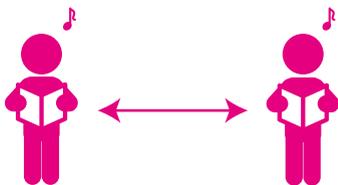
## 練習当日の対策Ⅱ

### ③ 練習時

- ① 団員の距離は発声する前方向に2m程度、左右は1m程度を確保しましょう。また、向かい合う配置は避けましょう。  
\* 距離の確保が難しい場合はマスクを着用してください。
- ② 指導者・伴奏者と団員との距離は、適切な距離を確保しましょう。
- ③ 座っている団員と立っている団員が混在しないようにしましょう。
- ④ 咳エチケットを実践しましょう。
- ⑤ 身体的な接触をしないようにしましょう。
- ⑥ 連続した練習時間は30分以内とし、5分以上の換気を行きましょう。
- ⑦ 楽譜やプリント類の共有は避けましょう。

### ④ 休憩時

- ① 必要に応じてマスクを着用し、咳エチケットを実践しましょう。
- ② 人との間隔を1m離し、会話はなるべく控えましょう。
- ③ 飲食物の共有は避けましょう。
- ④ 窓と出入り口を開放し、換気を行きましょう。



### ⑤ 練習後

- ① 手洗いをしましょう
- ② 出席者をチェックし、名前を控えておきましょう。
- ③ 退場時に密集しないよう、分散退場策を講じましょう。
- ④ 必要に応じてマスクを着用し、咳エチケットを実践しましょう。
- ⑤ 連絡やミーティングは可能な限り書面やオンラインで行いましょう。
- ⑥ 会食等は控えましょう。