

通いの場のみなさんへ (その2)

宮城県内では、変異株L452R（デルタ株と疑われる変異株）の感染が拡大しほぼ従来株から置き換わっています。変異株L452Rは非常に感染力が強く、徹底した感染対策が必要です。新型コロナウイルス感染予防のため新たな情報を加え、活動を行う上での注意点をまとめました。感染予防に努め、コロナ禍を乗り越え普通の日常をとり戻しましょう。



①通いの場へ行く前に、体調をチェックをしましょう！

体温は平熱でしたか？

せきやたんが出るなど体調は悪くないですか？

※かぜの症状がある方やご家族に体調不良の方がいる場合は、お休みしましょう

②感染予防の徹底について

必ず不織布のサージカルマスクを着用し、鼻と口をしっかりと隠しましょう。

※ウレタンマスクや布のマスクは感染予防効果が低い

通いの場の会場に着いたら、手洗い、咳エチケットを徹底しましょう。

のどが乾かないよう飲み物を準備しましょう

手が触れる場所（ドアノブ、手すり、スイッチ等）を消毒しましょう

基本的な感染予防対策を徹底し、鉛筆など物の共有をできるだけ避けましょう。

もし行う場合は、都度手指消毒を行うことをおすすめします。



③活動時の感染症予防対策について

可能な限り周囲の人と距離を1m～2m空け、できるだけ対面にならないよう活動しましょう。会話の際は、1.9mの距離をとり会話の時間を短くしましょう。

周囲の人との距離が近い時、また水分補給時は会話は控えましょう。

可能な限り窓を開けて、常時換気をしましょう。

➡2か所の窓をあけ、扇風機で空気の流れをつくり、常時の換気が望ましい。

【十分な距離を保てない場合は】



①活動の時間を短くしましょう。

（例）なとりん体操のDVDのみ（概ね45分程度）の開催とする

②人数が多い団体は、グループ分けをし活動時間をずらすなど

密集が起きない工夫をしましょう。