

サロン等高齢者の通いの場に関する感染症対策について

サロン等を開催されるにあたり、感染症予防の観点から以下の点についてご注意ください。

○基本的な考え方

- 1、地域における感染症の流行状況をご確認ください。
- 2、「3つの密（密閉、密集、密接）」を避けること。
- 3、「人と人との距離の確保」、「マスク着用」、「手洗い」

○注意していただきたいこと

- 1、自宅で体温を測定し、発熱や風邪の症状がある場合は、参加しない。
- 2、参加者名簿を作成し、参加者の体調を記録する。
- 3、症状がなくてもマスクを着用すること。できるだけ、目や鼻、口を触らないようにする。
- 4、複数の人がよく触れる場所や物は、次亜塩素酸ナトリウム 0.05%やアルコール等で消毒する。
- 5、こまめな手洗い（アルコール消毒による手指消毒でもよい）
- 6、室内でおこなう場合は、1時間に2回以上の換気をおこなう。（2方向の窓を、1回数分程度開ける）
- 7、人と人との間隔は、手を伸ばしたら手が届く範囲以上（最低1m）あける。
- 8、大きな声を出す機会を少なくする。歌を控える。
- 9、会話をするときには、十分な距離をとり、マスクをつけたままでおこなう。

○体操などをおこなう場合

- 1、マスクを着用して運動をする場合は、身体への負担が増えるため、無理のないよう負荷を下げたり、休憩をとるようにする。
- 2、熱中症予防のため、こまめな水分補給や室温調整をおこなう。屋外で十分な距離（2m以上）がとれる場合は、マスクをはずす。

○会食や茶話会など飲食をともなう活動をする場合

- 1、座席は、対面でなく横並びで座るなどの工夫をおこなう
- 2、料理は個別に配膳する。茶菓は個別包装のものを選ぶ。
- 3、食器やコップ、箸などは、使い捨てのものにしたり、洗剤で適切に洗浄する。

【参考】

「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して通いの場等の取組を実施するための留意事項について」（厚生労働省）