



## 小平市公民館ご利用の皆様へ

令和3年4月1日から

小平市公民館は、新型コロナウイルス感染防止のため、一部利用の制限をして開館しています。ご不便をおかけいたしますが、皆様の安全、安心のため、ご理解とご協力をお願いいたします。

- 1 「3密」(密閉・密集・密接)のうち一つでも「密」に該当する人数、備品、活動内容、形態等の利用の制限
- 2 一部の備品貸出制限
- 3 「3密」防止のための「新しい生活様式」に合わせた利用のお願い

### 3密とは…

密閉空間：窓がないなど換気の悪い空間

→空気が流れが滞り、ウィルスが室内に残ってしまいます。

密集場所：多くの人が密集している場所

→人との距離が保てずに、近距離での会話や接触の可能性が高まります。

密接場面：近距離での会話や発声が行われる

→近距離による接触や対面による会話の機会が多くなります。

### 新しい生活様式とは…

(1) 感染防止の3つの基本

①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

(2) 日常生活の中の基本的な生活様式

- ・人との間隔は、できるだけ2メートル以上（最低1メートル）
- ・屋内より屋外
- ・会話は、真正面を避ける
- ・屋内で会話をするとき、症状がなくてもマスク着用

ほか

裏面もご覧ください

## 公民館の新しい利用形態にご理解ご協力をお願いします

### 備品の制限

・カラオケ機器の貸出については、新型コロナウイルス感染防止対策が十分にできないことから、当面中止とさせていただきます。ただし、団体保有の機材の持ち込みについては、団体の責任において協会等のガイドラインに従い、十分に感染防止対策をして活動することを条件に使用することは妨げません。

### 人数の制限

・身体的距離を1メートル以上とっていただくため、各部屋の定員の概ね半数程度に減らした人数によるご利用をお願いいたします。

・仲町公民館の例

ホール（50名→25名）	和室（18名→9名）	学習室1（30名→15名）
保育室（10名→5名）	学習室2（12名→6名）	学習室3（15名→8名）
講座室（24名→12名）		

### 活動内容の制限

・大きな声を出すことや呼気が激しくなるような活動は、当面の間自粛してください。

### 利用にあたってのお願い

- ・マスク着用
- ・発熱（自宅での「検温」）や体調不良時の来館自粛
- ・せきエチケットや手洗い、アルコール消毒の徹底
- ・利用人数の制限（各部屋の定員の概ね半分）
- ・飲食の禁止（会食、宴会などが禁止で水分補給は可）
- ・利用者同士の距離の確保
- ・窓やドアの開放などによる換気の実行（施設によって異なります）
- ・利用後の消毒の実施
- ・大きな声を出すことや呼気が激しくなるような活動の自粛
- ・参加者名簿の作成（氏名・連絡先）・保管（利用日から1か月程度、保健所等から依頼があった場合に提出）

### 利用時間の厳守

部屋（机、椅子等）、貸出備品の消毒は、利用団体をお願いします。

特に、譜面台の消毒については、時間がかかると思われるので、活動時間を短縮するなどして利用時間の厳守にご協力ください。

### 備品の取り扱いについて

備品の取扱者（運搬を含む）は、できるだけ担当者限定してください。

電気機器は、過度なアルコール消毒が故障の原因となるため、消毒をしないで済むよう、使用前に手指消毒・手洗いを徹底してください。

### 囲碁・将棋の貸出について

全員、利用前後の手洗い、手指の消毒を徹底してください。

囲碁・将棋については、十分な身体的距離の確保が難しい活動と思われます。マスク着用の上、フェイスシールドを着用することも有効とされています。また、利用後の備品の消毒をお願いします。

### ピアノの取り扱いについて

鍵盤を破損する恐れがあるため、アルコール消毒はしないでください。

演奏者は事前に手指消毒・手洗いの徹底をお願いします。代表者または利用責任者は、講師等が伴奏する場合にも徹底するようご指導願います。

### 調理実習について

利用前後の手洗い、食器の洗浄を徹底してください。

- ・ 向かい合っでの食事、食事中的の会話は厳に控えるようお願いします。
- ・ 大皿は避けて、料理は個々をお願いします。
- ・ 講師の講評については、食後をお願いします。

## イベント主催者（ギャラリー利用）の皆様へ

スタッフおよび来場者ともに、マスク着用、体調の良くない方への来場自粛の呼びかけ、身体的距離の確保、入場制限等による感染防止対策の徹底をお願いします。また、保健所等から情報提供の依頼があった場合に提出できるよう、スタッフおよび来場者の名簿の作成をお願いします。

(例)

日時	氏名	住所	電話番号
○/○ ○時	○○○○	○○○○町	000-0000-0000

## やむを得ずマスクを外す活動（楽器活動など）

- ・演奏時以外はマスク着用をお願いします。
- ・向かい合っでの演奏は自粛願います。
- ・正面に指揮者がいる場合、4メートル以上の身体的距離の確保をお願いします。
- ・30分に1回、5分程度の換気をお願いします。
- ・床への飛沫飛散防止のため、新聞紙などを敷いて演奏していただくことをお願いします。なお、新聞紙などは利用団体が準備してください。また、使用後は団体の責任で処分してください。
- ・唾抜きなどの楽器の手入れの際も、十分な注意をお願いします。

上記は楽器演奏団体の方からの提案を参考に、公民館が作成した感染防止策です。

**以上の公民館が推奨する感染防止策のとおり活動した場合でも、感染リスクがなくなることをご理解の上、感染しない・させないことを心がけてご利用ください。**

※全国公民館連合会のガイドラインに沿った取組を行っています。

## 「新しい生活様式」の実践例

### (1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、**できるだけ2m（最低1m）**空ける。
  - 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
  - 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する**。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意する**。
  - 家に帰ったらまず**手や顔を洗う**。  
人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
  - 手洗いは30秒程度**かけて**水と石けんで丁寧に洗う**（手指消毒薬の使用も可）。
- ※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

### 移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、誰とどこで会ったかをメモにする。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

### (2) 日常生活を営む上での基本的生活様式

- まめに**手洗い・手指消毒**  咳エチケットの徹底
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に）  身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
- 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養



### (3) 日常生活の各場面別の生活様式

#### 買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

#### 娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を  
もしくは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

#### 公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

#### 食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお猪口の回し飲みは避けて

#### イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

### (4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務  時差通勤でゆったりと  オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン  対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成