

## プログラム開催におけるウイルス拡大防止チェックリスト

感染防止のため、予防策を徹底しましょう。次のリストを参考にできることに取り組みましょう。

感染予防策の徹底		チェック
・マスクの着用	外出時マスクの着用を徹底している。 ・マスクがないときは代替物も検討しましょう。	<input type="checkbox"/>
・手洗い・うがいの徹底	外出時、帰宅時、施設入退出時、手洗い・うがいを徹底している。 ・うがい薬、消毒液の準備をしましょう。 ・こまめに手洗いをしましょう。	<input type="checkbox"/>
・こまめな換気	窓を開け、定期的に喚起をしている。 ・風通しの悪い空間をなるべく作らないようにしましょう。 ・30分に一度換気をしましょう。	<input type="checkbox"/>
・共有スペースふき取り	共有スペース、共有用具（特に手で触れる部分）を消毒している。 ・希釈した次亜塩素酸ナトリウムで拭きとりましょう。	<input type="checkbox"/>
・スペースの区分	なるべく密集を避けましょう。 ・一定距離を取り活動しましょう。（人との間隔、2mは空けましょう） ・人の密度を下げるため人数の制限を設けましょう。 ・送迎の方（ファミリー等）のプログラム中の過ごし方を事前に伝えましょう。	<input type="checkbox"/>
<b>プログラム実施前の確認事項 【参加者・指導者】</b>		
・検温の実施	会場へ行く前、プログラム開始前に体温を測る。 ・14日以内に著しい高熱の症状があった場合は参加を取りやめましょう。 ・体温の測定後、体温計は消毒をしてください。使いまわしはやめましょう。 ・非接触型の検温器を推奨いたします。	<input type="checkbox"/>
・参加者の状態把握	参加者の基礎疾患・持病など状態を把握してる。 ・感染者が出た時を想定して、把握しておきましょう。 ・14日以内に倦怠感、咳などの症状がないか確認しましょう。 ・咳の症状がある場合は参加を取りやめましょう。	<input type="checkbox"/>
・参加者家族の状況把握	家族に体調不良者や渡航歴・感染者発生地域への移動歴の確認。 ・14日以内に家族に渡航歴、発熱がみられる場合は参加を自粛しましょう。 ・国内感染者発生地域への移動歴がないか確認しましょう。 ・14日以内に家族にウイルス感染者と濃厚接触者がいないか確認しましょう。	<input type="checkbox"/>
・体力低下への配慮	休止中の運動不足や体力低下に配慮したプログラムを構成する。 ・休止前よりも軽めの運動強度、内容から再開しましょう。 ・プログラム中に休憩や水分補給をこまめにするようにしましょう。 ・アスリートの表情や体調の変化に注意を払いましょう。	<input type="checkbox"/>
<b>関係機関との連携</b>		
関係機関の連絡先の把握	感染疑いの者が発生した場合に備えて連絡先を把握している。 ・保健所、帰国者接触者相談センター、県、市町村等の連絡先を確認しておきましょう。	<input type="checkbox"/>
関係機関との連携 （報告、情報共有等）	必要に応じて関係機関への報告、情報共有を図っている。 次のような関係機関と連携を図りましょう。 ・プログラム開催施設（管理者、職員等） ・参加者家族 ・居宅介護支援事務所 ・県、市町村の保健所 ・参加者の主治医 ・医療機関（緊急時の場合に備え）	<input type="checkbox"/>