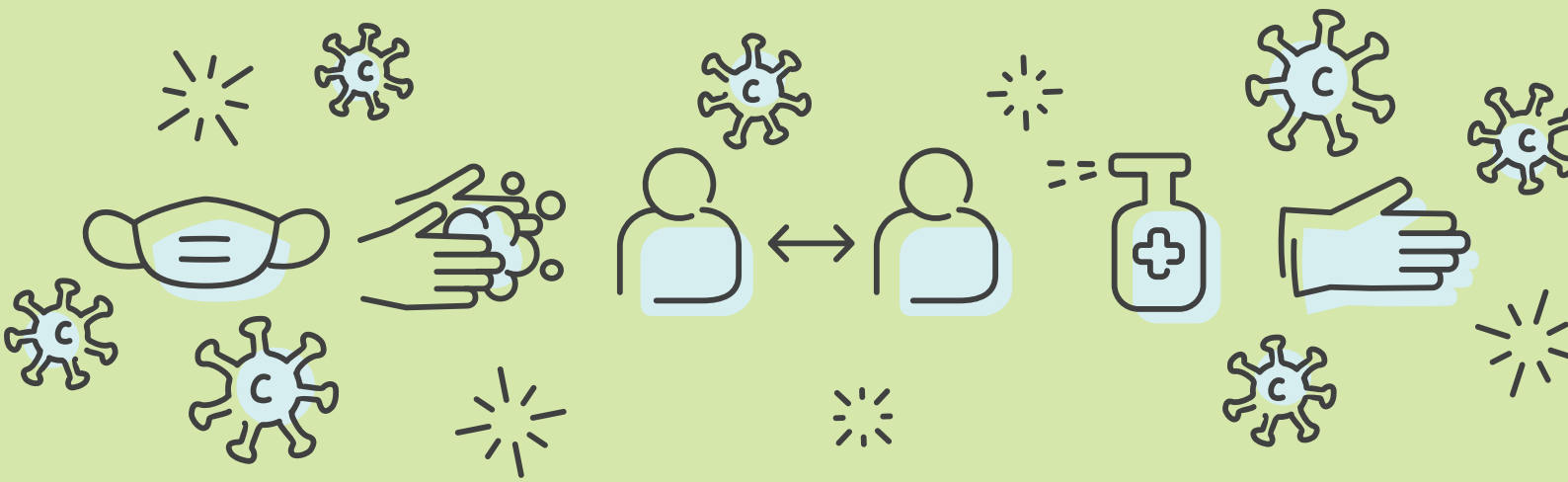



通いの場 × 新型コロナウイルス対策ガイド

感染症対策を含めたウィズ新型コロナウイルス時代の
通いの場の実践のためのポイント

第2版



 地方独立行政法人 東京都健康長寿医療センター
東京都健康長寿医療センター 研究所

制作：社会参加と地域保健研究チーム

協力：東京都介護予防・フレイル予防推進支援センター

2020年6月22日

はじめに

新型コロナウイルス感染症の蔓延により、地域活動の拠点である「通いの場」にも大きな影響が出ています。実際、現在、多くの「通いの場」が活動を休止しています。

この「通いの場」は、地域包括ケアシステムの実現や地域共生社会を推進していくための最も重要な地域資源と言えます。つまり、新型コロナウイルスの拡大下でも、通いの場の推進は止めてはならないと考えます。もちろん、今後、「新しい生活様式」を踏まえて ICT によるコミュニケーション手法も活用した「通いの場」の運営方法についての議論を進めていくことも必要でしょう。しかし、現時点では、代替手段としての ICT の活用によって、通いの場のすべてが置き換えられるわけではありません。実際に、新型コロナウイルスの渦中にあっても、通いの場が普及していた地域では、対面の交流はできずとも、電話やメールなどにより、お互いに気遣いあい、支援し合うという住民の行動があったという事例も聞こえてきます。

一方で、長期的に新型コロナウイルスと付き合いながら生活をしていく「with コロナ」対策の必要性も指摘されています。更には、今後、新種の感染症や自然災害が重積する可能性も否定できません。つまり、これからの通いの場の運営は、介護予防と健康危機管理をセットで考える必要があるということです。タイトルにもある「新型コロナウイルス対策」は、単なる感染症対策ではありません。約 2 か月に及ぶ自粛期間の中で、通いの場を取り巻く環境はもちろんのこと、参加者の身体・心理・社会的状況にも変化が生じていると考えられます。通いの場の主催者・支援者は、このような変化を前提に通いの場を運営していくことも求められます。

本稿は、まさにこれから通いの場を再開しようとする主催者や支援者の皆様が、感染症対策や地域社会の情勢、個人の心身社会的な変化等をふまえた通いの場の運営と実践をしていくための考え方のヒントを示したものです。

未曾有の事態であるがゆえに、再開のための具体的な方策は見出されていません。そこで、私たちは、国の提唱する「新しい生活様式」に照らし合わせて、米国疾病予防管理センター (CDC) の子供向けケアプログラム再開ガイドライン <<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/guidance-for-childcare.html>> を参照し、当研究チームが協働してきた通いの場の支援者や主催者との経験・情報交換をもとに本稿を作成しました。よって、全てが厳密な科学的根拠に基づく方策とは言えません。また、本稿の内容すべてを実践するとすると再開のハードルが高くなるのも事実です。まずは、それぞれの通いの場の目的、対象、内容、運営方法などに応じて、本稿の必要箇所を実践していただければと存じます。

また、本稿は今後、皆様からのフィードバックを反映することにより、改訂を重ねる予定です。

さあ、「三密」を避け、スマイル(明るく)、センス(工夫し)、シナジー(協働効果)の「3S」で通いの場を再開しましょう。

1 再開する前に考えること

●目的を確認する（見直す）

約2か月間の自粛により通いの場の目的が薄れている可能性もあります。その通いの場は何を目的に集まっていたのか？を確認することが改めて集まるうえで必要かもしれません。もしかしたら、その目的をその場に來なくても達成できる代替手段が他にあるかもしれません。



●開催方法を確認する（見直す）

通いの場の目的を振り返り、代替手段での対応が可能な場合には、検討してもよいかもしれません。

例えば、顔を見たり、話をすることはオンラインでも可能です。オンラインという手段を持っている人にはそうした方法での開催も検討してみましょう。また、助け合いにつなげたいと思っていた通いの場は、人々に強い助け合いの意識が芽生えている今がチャンスかもしれません。

感染症対策等についても検討することが必要です。

例えば、

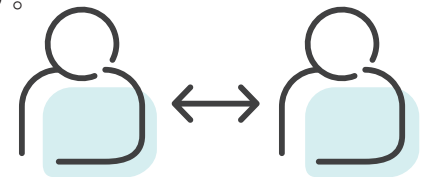
①参加に際してのルールの設定

- ・ 発熱（37.5℃以上もしくは、平熱より1℃以上高い）、風邪症状がある場合は自宅療養しましょう。なお、参加者の年齢層・健康状態等の事情によっては、より慎重を期して37.0℃以上を目安にしましょう。これらの参加ルールについては、地元自治体や活動施設の基準を優先して下さい。体温は、毎朝、できるだけ同じ時間帯に測りましょう。
- ・ マスクもしくはそれに類する布により咳エチケットの対応を行いましょう。（特に会話時や歌唱時には要注意）
- ・ 手洗い、うがい等の基本的感染症予防対策を徹底しましょう。



②ソーシャルディスタンスの確保

- ・ 大人が両手を広げてお互い手を握れる距離が取れる人数は何名くらいかを確認しましょう。人が多い場合には、時間を分けて複数回に分けて実施するのも一案です。



③重点消毒の箇所の設定と消毒の実施

- ・ 複数人が触れる場所を確認し、消毒液等で適宜消毒しましょう。特に、重点箇所として、ドアノブ、テーブル、椅子、トイレの洗浄レバーハンドル等が挙げられます。

④換気方法の確認とルールの設定

- ・ 毎時2回以上、数分間の換気を行う（回数は目安）。
- ・ 換気の悪い場所がある時には、その場所は極力使わない。換気が難しい場合には、扇風機等を使用しできる限り換気に努めましょう。

⑤運動時のこまめな水分補給（熱中症対策）の実施

- ・ マスクを着用して運動を行う場合、特に暑くなる時期は、こまめな水分補給を実施しましょう。

●スタッフ同士のコミュニケーションを強化する

スタッフ同士が会えない期間から、スタッフ同士が話せたり実際に会ったり出来るようになったら、再開に向けて通いの場の目的について話し合っておくことが重要です。

いつも場の運営で忙しくて出来なかった会話をこの期間にしっかり行うことで再開時に強い気持ちと体制で臨めます。再開には様々な準備が必要です。再開準備が着実に進むようにスタッフ同士の意識を高めていくことも大事です。

●足を遠ざけない

通いの場に通わない期間が長くなると徐々にそうした場所に行く欲求も失せたりし、足が遠のきがちです。

休止期間中の準備は、再開時にそれまで来ていた人が、いかにして戻りやすくするかにつながります。唐突に、「再開したよ」とある日アナウンスするのではなく、どんな準備をしているのか、またかつての参加者からの応援メッセージなどを、ニュースレターにし、ポスティングしたり、SNSで情報を発信するなどこれまで通いの場に来ていた人の絆をつなぎとめることも重要です。

●新しい参加者や協力者を獲得する

人々が閉塞感や孤独感を感じている今は、地域や人との交流に関心のなかった人にも通いの場に注目してもらうチャンスでもあります。

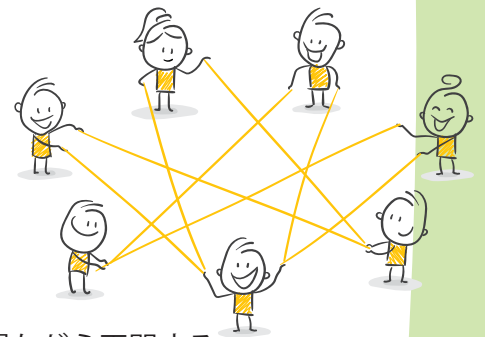
ニュースレターやチラシで、通いの場の紹介を改めて行ったり、以前とは違う機会や場所で配布したりすることによって、潜在的な参加者やボランティアスタッフにアウトリーチ（働きかけていく）していくことが大事です。

さらに、場の意義はわかっていただけ、そこまで関与しようと思わなかった地域の飲食店等のお店も、何か出来ないことはないかと考えている可能性があります。「通いの場を再開させていただきます。よろしくお願ひします」という一言の挨拶は、その後の通いの場の活動を大きく変えるきっかけになるチャンスです。

●他の通いの場と連携する

同じ施設内や近隣で通いの場を主催している、または異なる曜日や時間帯に通いの場を主催している、そのような団体とは普段付き合いがない、場合によってはライバル視しているという関係性があるかもしれません。

しかし、現在そうした団体は同じような不安や悩みを抱えているものです。再開に向けて準備すべきことに共通していることも数多くあります。この機会に、お互い使用している施設をどのように使うべきか話し合ったり、いろいろな資材を共同購入や利用したり、共同でチラシを作成したり連携体制を構築しましょう。



●地域の理解を得ながら再開する

新型コロナウイルス感染症対策についての意見は様々です。そのため、通いの場の再開に対する意見も様々です。そのため、それまであまり地域の既存団体と連携していなかった通いの場はもちろん、ある程度、既存団体と連携していた通いの場においても、それまで以上に地域の自治会長やキーパーソンにしっかりと理解をして頂くこと、また近隣の人たちの声を丁寧に取り入れ、心の距離をまずは縮めることから再開することが重要です。通いの場の運営者としてどのような行動をとるか、地域は注目しています。

●自治体等の専門機関・専門職と連携する

自治体が発信する感染状況の最新の動向を注視し、地域包括支援センターや保健センター、社会福祉協議会などの専門機関・専門職に、再開に向けての注意点などを確認しましょう。

様々な通いの場の動向に関する情報が集約されれば、具体的な対策も明示されてきます。情報の輪に入り続けるように、自治体や専門機関・専門職との連携を密にしましょう。

2 いよいよ再開する

● 広報（チラシ等）に盛り込む内容

- ① 参加費を徴収する活動については、必ずおつりの必要が無いようチラシ等で呼びかける。
- ② 具体的な内容を提示し、安全策をほどこしていることがわかる説明をする。
- ③ 参加者多数の場合には入場を制限・断る場合があることを明示する。
- ④ 気になることがある場合の問い合わせ先を表示する。
- ⑤ ソーシャルディスタンスがとれるよう人数を制限することを表示する。
- ⑥ 可能な場合には、なるべく事前予約制にし、誰が来るのか等を把握する。
- ⑦ マスクの着用、体調が悪い人は参加しないことを表示する。
- ⑧ 普段備え付けの上履きを利用している通いの場でも、上履きは持参してもらう。

● 当日の材料や備品の準備

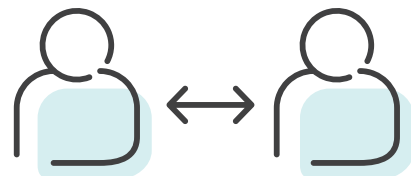
- ① やわらかい物、凸凹があるものなど消毒しにくいような備品に関しては消毒しやすい代用品を準備する。または使用しないことを決める。
- ② マスクや手袋、消毒剤などを十分準備する。
- ③ 手洗いや、消毒、咳エチケットなどのルールについてわかりやすい表示を作成する。
- ④ 飲み物のカップなどは、洗浄の必要がないように紙コップなどを準備する。
- ⑤ 何らかの材料を使うプログラムの場合に、複数名で共有する必要がないように個別に準備する。または、共有の材料や道具を使わないプログラムに変更する。
- ⑥ 食事やお菓子を提供する場合は、個装されたものを購入し、個々に配布出来るようにする。

● スタッフのトレーニングと危機管理

- ① 当日に向けて、最初から終了までの流れで衛生管理や安全面で注意すべき点をよく議論し、必要な衛生備品の使用方法について正しい知識、またアレルギーなどの可能性がある人のための知識も学習しておく。
- ② 当日に向けて準備する物品、開催時に確認する項目をリストアップし、当日スタッフ同士で確認できるようにする。
- ③ 特に、人が密集する時間帯や、接触しやすいプログラム上のポイントなどを確認し、その時間帯や場所には普段以上のスタッフを配置する。
- ④ 万一、途中で体調不良者（咳、熱などの症状）が出た場合、休息場所や付き添い者を決める。
- ⑤ 予め、体調不良者が出た場合の連絡、指示体制について、自治体や支援してくれる専門機関・専門職と相談して、連絡の手順を流れ図にしておく。休日対応や連絡先も明記しておく。

● プログラムの準備

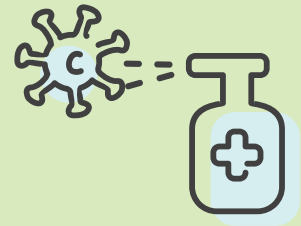
- ① 屋外や建物のテラスで開催出来ないか検討し、施設等と打ち合わせる。
- ② ソーシャルディスタンス（2m）が保てるようなプログラムを企画する。
- ③ 歌を歌ったり、大声を出したり、かなり息が荒くなるようなプログラムは控えるようにする。
- ④ 再開後しばらくは時間を短めにしたプログラムを実施し、運営上の課題を解決しながら、徐々に長くしていく。
- ⑤ ソーシャルディスタンスが保てない人数の参加が見込まれる場合や、参加が不安な人に対しては、オンラインで活動の様子が紹介できるかを検討する。
- ⑥ 大きな声で指示を出したりする必要がないよう、マイクの準備をしたり、大きな文字のポスター・ボード表示を事前に作成する。
- ⑦ 通いの場の会場の広さでソーシャルディスタンスをとれる適正人数を検討し、参加者数を限定したプログラムにする。
- ⑧ 固定したスタッフやメンバーで運営出来るようにする。
- ⑨ 見学や視察・取材は出来るだけ電話やオンラインで対応する。



3 開催日

●会場の準備

- ① 開催場所を長期間使っていない場合には、従来の使用時間より早めに準備を開始し、全体の清掃と消毒、水道水をしばらく流したり、トイレの点検や、換気の時間を十分とる。
- ② トレーニングで確認したチェック項目を全員でおさらいし、特に開催中に、重点的に消毒しなければならないような場所に目印をつけるなどし、担当者が消毒する。
- ③ 衛生備品など必要なものを十分な数を配備し、それらが必要な時に人が移動しなくてもすむように各所に配置する。
- ④ 椅子の配置は可能な限り2mの間隔を保ち、机や資材も必要のない時間帯には出さない（不必要に触れるのを避けるため）ようにする。
- ⑤ 小さな子どもがいる場合には、子ども用の除菌剤を用意したり、配置にも気を付ける。特に口に入れないように保護者とともにスタッフも注意する。
- ⑥ テレビのリモコン、本、ゲームなどいろいろな人が触るような物品は置かない。



●受付

- ① 参加者が一度に入場しないように、ソーシャルディスタンスを保ち会場に入れるようにスタッフが整理をする。
- ② 入室時刻の記録をとり、検温し、体調（咳、倦怠感など）が悪くないか聞く。
- ③ 参加費をとる場合、参加費を直接箱などに入れてもらい、スタッフは手に触れないようにする。また、その箱は1日そのまま保管し、後日消毒後お金に触れるようにする。
- ④ 参加名簿の記入などは本人にしてもらわずに、スタッフが名前を記入する。（事前申込制の場合には名前をチェックする）
- ⑤ 個人の荷物に関しては、特定の保管エリアを決め、参加者同士の所持品を離して保管する。または、箱にいれるなどして荷物同士が触れないようにする。
- ⑥ 杖、車いす、ベビーカーなど入り口に置く物に関しては、距離を保つなどし、第三者が他の参加者の物を動かす必要のないように置くようスタッフが確認する。
- ⑦ 入口付近で触れるような手すり、ドアなどは随時消毒するようにスタッフを配置する。
- ⑧ マスクを持参していない場合には、マスクを支給する。
- ⑨ 入り口に衛生管理に関しての注意書きなど順守して欲しいことをわかりやすく掲示する。会場内複数個所に同様のものを掲示する。
- ⑩ 参加人数が計画より多くなることが重要だが、万が一予想外に多くなったり、実際に人が入ると多いと感じた場合には、入場途中でも、お帰り頂くなどの対応をする。または、プログラムの時間を区切り、入れ替え制で対応する。



●プログラム開始時

- ① 導入の説明では、まず、参加者への感謝や最近の体調や様子、不安に感じていることを聞くなどし、スタッフがこれまでどのような考えで準備をしてきたかを伝える。
- ② 会場で順守して頂きたいルールについて説明し、特に高齢者や小さな子どもにもわかりやすいように、具体的な物を示して説明したり、実際に使用方法のデモンストレーションをするなどわかりやすい説明をする。
- ③ 会場に以前設置されてなかった換気機材などがある場合には、動線など注意を促し、転倒等の事故を防止する。
- ④ プログラム内でソーシャルディスタンスを心掛けるために、前で実際の距離を示したり、参加者同士でその距離を確認してもらう。
- ⑤ それまでとは違った取り組みが多いことにより、不安感を抱いたり、気分が悪くなったりした場合に、すぐにスタッフに伝えてもらうように、誰がスタッフかその場でスタッフは手を挙げたり、統一した服装や目印を示す。

●プログラム中

- ① プログラム途中で、必要な場合は消毒をしたり、ソーシャルディスタンスの確認を促したりする。強制的な言い方ではなく、お決まりの掛け声を決めたり、スタッフも一斉にするなど一体感と楽しく出来る雰囲気づくりを心掛ける。
- ② 参加者をグループに分け、グループ間の移動や接触を減らす。グループを担当するスタッフがいる場合には、スタッフもグループ間の移動や他グループとの接触を減らす。
- ③ 参加者が会場内で移動したり、触れた機材等からしばらく離れる場合には、その場所や機材を消毒する。
- ④ 会場の出入り口、トイレのドアハンドルなども消毒を定期的に行う。
- ⑤ どうしてもプログラム中に常時の換気が難しい場合は、途中で、窓やドアを開けたり、扇風機などを使い外気を取り込んで換気する。
- ⑥ 食事やお菓子（可能な限り個包装）や飲み物を提供する場合は、お盆やトレイにて持ち運びをし、参加者本人にそこからとってもらうなど、手袋をしていてもなるべく直接手渡しをしないようにする。

●プログラム終了時

- ① プログラムの感想など率直な意見を参加者に聞いてみて、次回開催時の参考にする。特に何か不安な点はなかったかなど、気になる態度の人には個別に聞いてみる必要がある。
- ② プログラム終了時に一斉に参加者が帰ると接触度合いが高まるため、少し時間をずらして、時間がかかる高齢者や小さな子ども連れの方を優先するなどする。この対応は導入時に説明しておくことも重要である。
- ③ 個人が消費した飲み物や食べ物のゴミは、スタッフが片付けをせず、小さなゴミ袋を手渡し、各自が持ち帰るようにお願いする。

●プログラム終了後

- ① 会場の清掃を入念に行い、消毒も行う。
- ② スタッフで反省会を行い、事前準備と実際にやってみて起きた問題点などを話し合い、次回の改善につなげる。
- ③ スタッフの負担も大きい開催であることから、お互いにねぎらって、心のケアを忘れないようにする。特に参加者の肯定的な声は全員で共有する。
- ④ その日の参加者数、実施中に発生した問題や検討すべき課題などを、自治体の専門機関・専門職などにも報告し、周辺地域での情報の共有が出来るようにする。