

新型コロナウイルス感染症対策における留意事項①

～ 2023 年度 1 次隊用 ～

本留意事項は、2023 年度 JICA 海外協力隊派遣前訓練を駒ヶ根訓練所での合宿集合型で実施するにあたり、参加者がとるべき新型コロナウイルス感染症対策をまとめたものです。派遣前訓練の円滑な実施のため、訓練入所前から感染予防対策を講じていますので、事前に本留意事項を熟読の上、必要な対応をお願いします。

また、安全や健康面で様々なリスクのある開発途上国においては「自分の健康は自分で守る」という、自己管理の徹底が強く求められます。派遣前訓練中の感染リスク回避はもとより、任国における健康管理の意識向上にもなりますので、訓練期間中は本留意事項の遵守をお願いします。加えて、万が一、ご自身が感染された場合には、ご自身のみならず入所する方全員に影響が及ぶことをご理解いただき慎重に行動するようお願い致します。

なお、新型コロナウイルスの感染状況や政府の方針等により、今後本留意事項の内容を変更する可能性がありますのでご承知おきください。

1. 感染対策の基本的な考え方

派遣前訓練における新型コロナウイルス感染症対策は、以下のとおりとなります。

- 毎日の健康状態の確認（発熱又は軽い風邪症状がある場合は無理せず静養）
- 人との間隔はできるだけ 2m（最低 1m）
- マスクの着用・咳エチケットの徹底（不織布マスク推奨）
- こまめな手洗い・手指消毒
- こまめな換気
- 「3 密」の回避（密集、密接、密閉）

*** マスクを外さなければならない場面（食事、入浴等）では会話を控えてください。**

2. 訓練中の体調管理

前述の「1. 感染症対策の基本的な考え方」及び以下の点に留意する。

なお、**体調不良時の対応**については、留意事項②を参照する。

（1）毎日の健康チェック

- 毎日、朝・晩の検温と体調チェックを行い、健康観察表に記入する。
 - * 健康観察表は、体調不良時、訓練所内で新型コロナ感染者が確認された際などに提出を依頼しますので、毎日忘れずに記載をしてください。
- 朝の検温は起床後から居室を出る前に実施する。
- 発熱、体調不良がある場合には、躊躇せず早めに診療室に相談をする。

(2) 体調不良の対応（新型コロナウイルス感染症対策における留意事項②を参照する）

- 新型コロナ感染症が疑われる体調異常時は居室に待機し診療室スタッフに電話する。

電話：駒ヶ根青年海外協力隊訓練所診療室 0265-82-6152（直通）
診療室携帯電話 080-1361-4421（時間外 土日 緊急のみ）

3. その他注意が必要な点

(1) 換気の徹底

共有スペースを使用する際には**常時換気**（ドア、窓の開放、換気扇、扇風機の使用）。

(2) 共有スペースでの留意事項

① 共通事項

- 前述の「1. 感染症対策の基本的な考え方」を遵守する。
- 自身が触った部分、使用した物品は、必ず自身で備え付けの消毒シートで清掃する。

② トイレ

- 使用前後に便座クリーナーで消毒する。
- ウイルス飛散防止のため、排泄後に水を洗い流すときは蓋を閉めて流す。

③ 浴室（共同浴場）

- 同時に浴室（脱衣場を含む）を使用できる人数は当面の間 10 名を上限とする。
- 脱衣所、浴場内での会話は控える。
- 入浴後は速やかに退出する。

④ 食堂

- 食堂に入室する前に必ず手洗い・手指消毒を行う。
- 椅子、テーブルは設置場所から移動させない。
- 食堂内では黙食を心掛ける。
- 食事後は速やかに退出する。退出時には使用したテーブル、椅子を拭く。
- 食べ物の共有はしない。

⑤ 談話室

- 間隔を取り（1m 以上）着座する（向かい合わせでの着座はしない）。
- 利用時間は必要最小限に留める。
- 飲食はしない。

⑥ 図書資料室

- 入室前に手洗い・手指消毒を行う。
- 書籍の貸出を希望する時には、貸出簿に記載。

⑦ 語学教室

- 常時換気の徹底。
- 座席の配置については、最低 1m できれば 2m の間隔を空ける。
- **語学授業中は常時マスク着用。**

※別途語学オリエンテーションでも詳細説明有り。

⑧ 体育館

- 同時使用人数の上限は設けないが、半径 2m 以上の距離を取り使用する。
 - 使用中は、窓の開放、扇風機を使用して換気し、使用後は元の状態に戻す。
 - スポーツ用具を使用する場合、前後の手指消毒を徹底する。
 - 室内のため原則マスク着用とする。
ただし、息苦しさ、暑さを感じた時には他者との身体的距離を確保してマスクを外す。
- * 休憩中も身体的距離の確保、会話を行う場面ではマスクを着用する。**

⑨ 森のステージ・小講堂

- 同時使用人数の上限は設けないが、半径 2m 以上の距離を取り使用する。
 - 室内のため原則マスク着用とする。
ただし、息苦しさ、暑さを感じた時には他者との身体的距離を確保してマスクを外す。
- * 休憩中も身体的距離の確保、会話を行う場面ではマスクを着用する。**
- ピアノ使用の前後には、必ず手洗いをを行う。
 - 管楽器演奏時は、ドアや窓などを 2 か所以上開け、他人との間隔を前後左右 2m 以上間隔を開ける。楽器は共有しない。
- * 屋外での演奏時も感染対策、音量に注意する。**

⑩ トレーニングルーム（森のステージ）

- 使用時は密にならないように気を付ける。
 - 器具の利用前後に、利用者自身で器具を消毒する。
 - 室内のため原則マスク着用とする。
ただし、息苦しさ、暑さを感じた時には他者との身体的距離を確保してマスクを外す。
- * 休憩中も身体的距離の確保、会話を行う場面ではマスクを着用する。**

⑪ 体育館横シャワールーム

- 同時使用人数の上限を定める（2 名）。

⑫ 喫煙室

- 所定の喫煙所内でのみ喫煙可。喫煙所周辺での喫煙は不可。
- 同時使用人数の上限を定める（2 名）。
- 喫煙所内に 2 名いる場合は、喫煙所外で順番を待つか空いている時間に利用する。
- 喫煙中はマスクを外すため会話をしない。

⑬ 生活技法実習室

- 使用を希望する場合には、訓練スタッフに事前に相談する。

（3）外部者との面会

- 感染予防の観点から、家族、友人などの訪問は原則として認めない。
- 特別な事情から面会が必要な場合は必ず事前に訓練スタッフに相談する。

（4）外出について

- 原則、不要不急の外出は控える。
- 外出を検討する時は「自分の身を守る」「仲間の身を守る」という意識を持つ。
- 外出時も積極的に感染対策を行う。

- 外食は控え、会食（複数での飲食）は行わない。孤食（一人だけの食事）は可能とするが、混んでいる店は避けるなど、必要な対策を取るようにする。
- バス、タクシー等の公共交通機関利用の際は、換気を行い、車中の会話を控える。

（５）外泊について

- 原則として認めない。
- 冠婚葬祭等の特別な事情により外泊が必要な場合は、必ず事前に訓練スタッフに相談する。

以 上

【参考サイト】

長野県 新型コロナウイルス感染症対策 総合サイト

<https://www.pref.nagano.lg.jp/hoken-shippei/kenko/kenko/kansensho/joho/corona.html>

駒ヶ根市 新型コロナウイルスに関する情報まとめ

<https://www.city.komagane.nagano.jp/emergency/5352.html>

新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式の実践例

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html