

「北海道スタイル」に基づく  
千歳市地域活動ガイドライン

2021年5月一部改訂 千歳市市民環境部市民生活課

新型コロナウイルス感染症への対策が長期化する中、町内会などの地域活動においても、国が示した「新しい生活様式」の実践や「北海道スタイル」の取組が求められています。

このガイドラインでは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大の予防と地域活動の両立を図るための基本的な考え方をお示しし、取組参考事例などを紹介しています。

地域活動に取り組まれる際の「参考」としてご活用ください。

〔北海道スタイルについて〕

新型コロナウイルスとの闘いが長期化している中、国が示した「新しい生活様式」の北海道内での実践に向けた、新しいライフスタイルやビジネススタイル、それが「北海道スタイル」です。(北海道ホームページより引用)



## 1 地域活動を行うにあたって

町内会活動などの地域活動は、住民の皆さんが円滑に生活していくために大切な役割を担っていますが、活動の内容によっては、人が集まり、お互いに密接する場面が生じることから感染の不安を感じる地域住民等の皆さんは少なくありません。

そのため、地域活動を行うにあたっては、北海道スタイルが求める「道民としての実践」と「事業者としての取組」の両方で対策することが必要であり、「地域活動の必要性」と「活動する上での感染症対策」について、十分に地域住民等の皆さんに周知し、ご理解とご協力を得た上で活動することが望まれます。

また、対策を考えて活動を実施するとしても、道内や市内において感染の拡大が懸念される場合には、活動規模の縮小や活動時期の延期、中止なども考慮し、柔軟に判断することが求められます。

## 2 基本的な感染症対策の実施

### (1) 体調不良の方の活動自粛

- ・自宅で検温して、のどの痛みやせき、発熱などの軽い風邪症状があるときや体調がすぐれないときは、活動への参加を見合わせましょう。
- ・症状がなくても、体調に不安がある方などは、自主的に参加を控えましょう。
- ・主催者（代表者）は、活動が強制とならないよう配慮しましょう。
- ・特に高齢者や子ども、妊婦、持病をお持ちの方が参加する活動は、体調管理の徹底や行事内容の見直し、参加人数の制限・調整などの工夫を行いましょ。



### (2) 感染リスクの低減

- ・活動参加の際には、参加者全員が、せっけんや消毒用アルコールなどを用い、こまめな手洗いと手指の消毒を実施しましょう。（活動前、活動中、帰宅後など）
- ・活動中は、参加者全員にマスクの着用を徹底しましょう。（熱中症などにも十分に注意。せきやくしゃみのエチケットも忘れずに）
- ・飲食を伴う活動の場合、「飲食時は会話をしない」、「飲食時以外はマスク着用」を徹底しましょう。
- ・多数の人が触れる箇所や備品（ドアノブ、机、マイクなど）を適宜消毒したり、触れる機会を減らす工夫をしましょう。
- ・活動時間が短くなるよう工夫をしましょう。（会議などはできるだけ1時間以内）
- ・活動で出たごみは、マスク・手袋を着用し、密閉して処分しましょう。
- ・マイクなどの備品については、可能な限り使いまわしを避けましょう。使いまわしをせざるを得ない場合には、マスクを着用し、物品の消毒を徹底しましょう。



### (3) 3密の徹底的な回避

#### 【「密集」しない】

- ・人がたくさん集まることや少ない人数でも近い距離で集まることは、避けましょ。

・会場規模に応じて参加人数を制限したり、参加人数に応じた会場を用意するなどの工夫をしましょう。

### 【「密接」しない】

- ・人と人の距離（できるだけ2メートル）を確保し、互いに手が届く距離で会話や発声、運動などをすることは、避けましょう。
- ・会話をするとき、可能な限り真正面は避けましょう。

### 【「密閉」しない】

- ・窓がなく、換気ができない閉ざされた空間での活動は、避けましょう。
- ・屋内の活動は、こまめに換気をしましょう。
- ・冬場も部屋や施設内の室温が下がりすぎないように暖房器具を使用しながら、換気方法の工夫をしましょう。

24時間の自動換気システムや換気扇がある場合は常時使用

窓を少しだけ開けて常に換気

人がいない部屋や廊下を使用した2段階換気



## 3 地域活動を行う上での留意点と特に注意する活動

### (1) 留意点

「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」の活用

地域活動の代表者は、活動前に別添「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」を活用して、対策が十分にできているか確認しましょう。

「新型コロナウイルス感染症対策チェックリスト」

別紙参照

「参加者名簿」の作成と保管

地域活動の代表者は、活動の都度、「参加者名簿」を作成し、活動日から1か月程度保管しましょう。「参加者名簿」は、万が一、感染者が発生して追跡調査が必要になったときに活用します。作成にあたっては、個人情報保護の観点から、本人に同意を得た上で作成し、保管場所にも留意しましょう。

「参加者名簿」

別紙参照

## (2) 特に注意が必要な活動

感染リスクが高い次のような活動については、特に注意していただき、チェックリストを参考にしながら感染症対策を十分にとって実施してください。

感染症対策が十分に実施できない場合には、中止・延期等も考慮に入れた検討をお願いします。

### 調理、会食を伴う活動

(例：夏祭り、新年会など)

### 密接が避けられない活動

(例：囲碁、将棋、マージャンなど)

### 専ら運動することを目的とした活動

(例：踊り、ダンス、体操、運動会など)

### 密閉した部屋で、大きな声を出すことや歌う活動

(例：合唱、カラオケ、詩吟、民謡など)

## 4 具体的な取組事例

これまでにあげた対策を取り入れた各種活動における具体的な取組事例をお示しします。

なお、記載の活動は、あくまでも一例となりますので、各町内会等において、活動内容に応じて、適宜、感染予防対策に努めてください。

### (1) 定期総会、役員会など

- ・可能であれば、書面での開催を検討する。

(参考) 地域活動における総会等の開催について

別紙参照

- ・集まる場合は、開催時間の短縮に向けて、資料の事前配布を行い、書面表決や委任状などの手段を活用し、最低限の人数で開催する。
- ・座席の間隔をできるだけ2メートル以上空け、対面での座席は避ける。
- ・発言する時は、大声を出さないようにする。
- ・物品の手渡しを控える。
- ・マイクを使用するときは、使いまわしを避ける。

など

### (2) 敬老会、新年会など

- ・座席の間隔をできるだけ2メートル以上空け、対面での座席は避ける。
- ・参加者が多くなる場合は、実施時間を分け複数回開催するなど人数を調整する。
- ・歌唱などを控えるとともに、大声を出さないようにする。

- ・大皿でのとりわけや食器の共有を避ける。
- ・「飲食時は会話をしない」、「飲食時以外はマスク着用」を徹底する。
- ・会場内での会食等を避け、弁当の持ち帰り等を検討する。(ただし、食中毒など衛生面に十分な注意が必要)
- ・物品の手渡しを控える。
- ・マイクを使用するときは、使いまわしを避ける。 など

### (3) 環境美化活動(清掃活動、花壇整備)など

- ・作業は、できるだけ2メートル以上離れて行う。
- ・マスク、手袋を着用する。(予備も準備しておく)
- ・接触や会話は最低限とし、接触機会を減らす。 など

### (4) 地域のまつりなど

- ・調理員は必ずマスク、手袋を着用する。
- ・パーティションやビニールシートなどを活用する。
- ・複数で扱う調理器具、食器はこまめに消毒・洗浄する。
- ・大皿でのとりわけや食器や取り箸の共有を避ける。
- ・「飲食時は会話をしない」、「飲食時以外はマスク着用」を徹底する。
- ・出店などの行列で密集・密接が起こらないよう、整理券を配布するなど工夫する。
- ・会場内は、座席の間隔を十分に取る。 など



### (5) 運動を伴う活動

- ・接触を伴うプログラムは控え、実施時間の縮小を検討する。
- ・大きな声での会話や応援は控える。
- ・控えスペースや更衣室、観客席などでも3密を避け、換気する。 など

### (6) 見守り活動

- ・直接の面談が難しい場合は、インターフォン越しで会話したり、電話、手紙などによる確認などを検討する。
- ・付き添いなど、接触する必要がある場合は、マスクの着用や接触前後の手洗い、手指の消毒を徹底する。 など

## (7) 回覧

- ・緊急性等を考慮し、回覧の要否を十分に検討する。
- ・直接の手渡しは避け、郵便受けに入れるなどの工夫をする。
- ・地域活動の告知等を行う場合は、実施にあたっての感染予防対策を明記し、地域住民の理解を得る記述を行う。 など

## (8) 会費等の集金

- ・緊急性等を考慮し、実施時期を延期するなどの工夫をする。
- ・月々の集金ではなく、数か月に1度など、可能な限り回数を減らす。
- ・訪問時はマスクを着用し、金銭受け渡しの前後は手洗いを徹底する。など

# 5 参考となる取組事例

新型コロナウイルス感染症拡大を契機に、道内の地域活動では、人と人との接触を減らしつつ、活動の効率化を図る取組が増えています。参考としてみてはいかがでしょうか。

## (1) オンライン会議

スマートフォンなどの各種アプリを使ったオンラインでの会議は、それぞれが自宅に居ながら会議に参加することができます。役員会や三役会議など少人数での会議で用いられることが多いようです。



## (2) SNS（ソーシャルネットワークサービス）を使った電子回覧板

回覧板を回すことに不安や負担を感じる方がいらっしゃいます。回覧板の他にWEB上のホームページやFacebook（フェイスブック）、LINE（ライン）などのICTツールを活用した情報発信を導入している町内会もあります。ICTツールを活用することで、地域内の情報伝達・共有を一気に行うことができます。

## (3) 会費の口座振込

個別に訪問し、町内会費などを集金することは、する側もされる側も不安や負担を感じる方がいらっしゃいます。口座振込などを活用し、人と人との接触を減らし、役員の負担を軽減している町内会もあります。

## 6 その他の参考事項

### (1) 参加人数上限の考え方

- ・使用する部屋の定員数（通常時のおおむね 1/2）を守りましょう。
- ・施設などの定員数が不明な場合、4 m<sup>2</sup>に 1 人という考え方が理想的な目安です。  
例：畳 1 帖 1.65 m<sup>2</sup>として、10 帖の場合（10 帖×1.65 m<sup>2</sup> / 4 m<sup>2</sup>）定員 4 人

### (2) 「北海道コロナ通知システム」の活用

「北海道コロナ通知システム」は、施設利用やイベント参加の際に、個人が会場に掲示された QR コードから E メールアドレスを登録することで、同日同所において感染者が確認された場合に北海道から E メールで通知されるシステムです。QR コードは、主催者の町内会も登録できます。詳しくは、WEB で「北海道コロナ通知システム」を検索し、北海道ホームページでご確認ください。



QR コードは、(株)デンソーウェーブの登録商標です。

### (3) 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCO A」の活用

「COCO A (ココア)」は、スマートフォンの近接通信機能 (Bluetooth) を利用して陽性者と接触した可能性について通知を受け取ることができるアプリで、個人が所有するスマートフォンにアプリをインストールして利用します。詳しくは、WEB で「COCO A」を検索し、厚生労働省のホームページでご確認ください。

### (4) 備品などの使い方

- ・マイクなどの備品については、可能な限り使いまわしを避けましょう。
- ・使いまわしをせざるを得ない場合には、マスクを着用し、物品の消毒を徹底しましょう。

### (5) 消毒の仕方

- ・十分な消毒効果のためにアルコール消毒液は、できればアルコール濃度が 70% 以上のもの (最低でも 60% のもの) を選びましょう。手指消毒の際のアルコール消毒液は、20 ~ 30 秒程度で乾く量が適量です。
- ・食器や箸などは、80 ℃ の熱水に 10 分間さらすことで消毒できます。
- ・塩素系漂白剤を薄めた液 (濃度 0.05% が適切) で物品を消毒するときは、換気をして家事用手袋を着用しましょう。メーカーにより濃度が異なりますので、必ず製品の注意事項を確認しましょう。(手指消毒やスプレーボトルでの噴射には使用不可!)

## (6) 定期的な換気の実施

- ・屋内で活動する際には、30分ごとに換気をしましょう。
- ・効率的に空気を入れ換えるため、2方向の窓を開ける、換気扇を回す、窓を開けて扇風機を補助的に使うなど、換気経路を確保しましょう。
- ・冬場も部屋や施設内の室温が下がりすぎないように暖房器具を使用しながら、換気方法の工夫をしましょう。

24時間の自動換気システムや換気扇がある場合は常時使用

窓を少しだけ開けて常に換気

人がいない部屋や廊下を使用した2段階換気

## (7) 新型コロナウイルス感染症の感染を疑われる方が発生した場合

活動中に感染を疑われる方が発生した場合に備え、道の健康相談センターや使用する施設管理者の連絡先を事前に把握しておきましょう。

- ・北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター      0120-501-507  
(フリーダイヤル・24時間受付)

## (8) 差別や偏見をなくし、思いやりを持ちましょう

新型コロナウイルス感染症に関連した情報の中には、不確かな情報や事実と異なる情報があります。感染した方やそのご家族、医療・介護に従事する方などに対するいわれのない不当な偏見や差別などの心ない行為は、決して許されるものではありません。

市民の皆さまにおかれましては、不確かな情報に惑わされたり、必要以上に恐れたりすることなく、一人一人がお互いを思いやり、冷静に判断し、行動していただくようお願いいたします。



- ・北海道新型コロナウイルス人権相談窓口      011-206-0497  
(受付時間：平日午前9時～午後5時)

【担当】千歳市 市民環境部 市民生活課 市民生活係      電話：0123-24-0138

千歳市役所 第2庁舎 2階 9番窓口

【協力】千歳市町内会連合会      電話：0123-49-7100