

令和3年8月11日作成 令和5年1月11日改定
令和3年8月11日改定 令和5年1月23日改定
令和3年9月23日改定
令和4年5月12日改定

市民研修センター利用ガイドライン（新型コロナウイルス感染拡大防止対策）

～施設利用者の皆さまへ～

日頃より、つくば市市民研修センターをご利用いただき、誠にありがとうございます。
います。

1月23日からの施設の利用にあたり、新型コロナウイルス感染を防止し、利用者の皆さまが安心してご利用いただくために、次のようにガイドラインを改定します。当面の間、この基準によりご利用いただきますよう、皆さまのご協力をよろしくお願いいたします。

つくば市

1 利用人数について

(1) 引き続き集団感染防止に注意が必要な活動（大声・歌唱・呼気の激しい利用等）については、定員の50%を目安または利用者間の距離を最低1m、できるだけ2mの間隔をとってご利用ください。

【利用定員制限を継続する活動例】

- ① 大きな声を出すことや歌う活動
 - ・合唱、カラオケ、詩吟、民謡、謡曲など
- ② 息を強く吹く楽器等を使用する活動
 - ・管楽器、笛、尺八、オカリナ、スポーツ吹き矢など
- ③ 呼気が激しくなる運動やダンス
 - ・エアロビ、体操、ダンス、その他呼吸が荒くなる運動など
- ④ 活動上「密接」が必須な活動
 - ・身体的接触を伴う運動やダンス、その他密接が必要な活動など

(2) 大声・歌唱・呼気の激しい利用・飲食を伴う利用等を除いた、比較的感染リスクが低い活動時の定員を、施設通常定員に戻します。

(ガイドライン別表の通常定員)

【利用定員を100%に戻す活動例】（いずれもマスク着用が前提）

- ① 大声・歌唱・呼気の激しい利用、飲食を伴う利用が無い活動
 - ・ 会議、学習会、茶道、華道、囲碁、将棋、手芸、縫製、
絵画、写真、書道、工芸、彫刻などの活動で、大声での発声
を伴わない場合
 - ・ 短歌、俳句、詩などの活動で大声での発声を伴わない場合
 - ・ 琴、大正琴、ピアノ、ギター、弦楽器などの、息を吹く楽器
編成等が無い演奏活動
 - ・ ヨガ、太極拳、健康体操、日本舞踊などの静かな運動や踊り
（呼吸が荒くならない運動や踊り）

2 利用前の準備（主催者または代表者の方へ）

（1）次に該当する方は利用できませんので、利用代表者は他の利用者に周知をお願いします。

- ① 陽性者の療養期間及び濃厚接触者の待機期間中の方
- ② 発熱、息苦しさ、強いだるさ、咳・咽頭痛などの症状がある方
- ③ ご家族や身近な知人に②の症状がある方

（2）来館時に、次の感染防止策の徹底をお願いします。

- ① 正しいマスクの着用

屋内は、人との距離（目安2 m）が保てて、会話をほとんど行わない場合を除き、マスクの着用をお願いします。

- ② 来館直後等の手洗いや消毒

3 いばらきアマビエちゃんの活用

※ 「いばらきアマビエちゃん」については、茨城県により接触者通知の運用を一時的に停止しています。

4 利用当日の感染対策

以下のことに留意し、施設をご利用ください。

- ・ マスクを正しく着用する
※感染防止対策のため、マスクを着用して活動する場合は、高温や多湿といった環境に十分配慮し、適宜、水分の補給やマスクを外し休憩を取るなどの対応を十分に行ってください
- ・ 来館直後等の手洗いや消毒を徹底する
- ・ 主催者または代表者は、当日の参加者把握と体調確認をする
- ・ 利用人数の調整、利用時間を短くする
- ・ 窓を開け換気する
- ・ 対面での会話や飲食を避ける
- ・ 講師等がいる場合、飛沫感染対策をする
- ・ 文房具やタオル、スマートフォンなどの貸し借りを避ける
- ・ ゴミはビニール袋に密封して持ち帰る
- ・ 利用した部屋等の清掃及び消毒にご協力をお願いいたします

①換気の悪い
密閉空間



②多数が集まる
密集場所



③間近で会話や
発声をする
密接場面



5 施設利用者が陽性となった場合

- (1) 新型コロナウイルス感染症の感染可能期間に施設を利用した場合、主催者・代表者の方は、施設職員に電話等でお伝えください。
(再度施設の消毒を行うため)
- (2) 感染の疑いがある方と同室にいた方は、体調の変化や他の方への接触等にお気を付けてください。