

# 横浜市立大学のボランティア活動における 新型コロナウイルス感染防止対策の注意事項

※東京都の新規感染者数が増加の傾向にあります。

不要不急の場合は、極力、東京近辺への外出や活動をお控えいただき、どうしてもそのエリアへの外出（活動）が必要な方や周辺にお住いの方は、十分に注意をして行動をしてください。

## 1 ボランティア活動届け出の提出

ボランティア支援室で周知・募集をしている活動は「ボランティア活動届け出」の提出をお願いしています。届け出をしていない方は、ボランティア支援室までメールでお問い合わせください。お手続きのご案内をします。

※すでに届け出済みの方は、再度の届け出は不要です。

## 2 活動を行う際の注意事項

### (1) 活動前

■自宅での健康状態を確認しましょう。

特に次の5つの項目を必ずチェックし、1つでも該当する項目がある場合は活動を控えましょう。

- ・ 検温を行い、発熱(平熱以上)がある。
- ・ せきや、のどの痛み、違和感がある。
- ・ 身体のだるさ(倦怠感)を感じる。
- ・ 嗅覚・味覚の異常がみられる。
- ・ 家族、同居する人に発熱や上記の症状がみられる。もしくは感染者がいる。

■団体に感染症対策のルールを確認しましょう。

団体ごとに、感染症対策のルールが異なる場合があります。

自分がしなくてはならない感染症対策があるか、必ず事前に団体スタッフの方に問い合わせをしましょう。

### (2) 移動時(自宅↔活動先)

■濃厚接触の回避を心掛けましょう。

できる限り公共交通機関の利用を避けましょう。利用が不可欠な場合は、混雑時を

避け、接触感染防止に努めるなど注意をしましょう。

また移動中はなるべくマスクを着用しましょう。(マスクはなるべく各自で用意すること) ※後述「(4) 熱中症について」を参照のこと

### (3) 活動中

■団体スタッフの方に、再度、感染症対策の対応方法について確認をしましょう。  
気になることや不安なことがあったら、遠慮せずにお聞きしましょう。

■自分の健康状態にも気を付けましょう。  
せきやのどの痛み、身体のだるさ(倦怠感)を感じたときは、活動を中止し団体スタッフの方へすぐ申し出ましょう。またなるべくすぐに帰宅しましょう。

■石けんでの手洗いやアルコール消毒剤での手指消毒を徹底しましょう。

■3密(換気の悪い密閉空間、多くの人が密集する場所、密接場面での会話)を避けるようにしましょう。また、大人数が一堂に会す場合、練習・活動を複数班に分けて活動する、ミーティングはできるだけ行わない、行う場合は人との距離を2メートル以上離す等、密を回避する工夫をして活動しましょう。

#### 3密の対策例

- ・常時、窓や扉を開け、換気を行う。(2方向から)
- ・人と人との間隔をあける。(マスク着用時最低1メートル)
- ・施設ごとの利用可能人数の範囲内で活動する。

■できる限り個人の所有物を使用し、貸し借りは行わないようにしましょう。  
共有する場合は、消毒や手洗いをするようにしましょう。

■活動中もできる限りマスクを着用しましょう。一時的にマスクの着用が困難な場合は、人との距離(2メートル以上の確保)をとり、手で口や鼻に触れないようにしましょう。(手のひらはウイルスが付着しやすい) また活動中は、大声を出したり顔を近づけて会話をしたりなどは、避けるようにしましょう。

### (4) 熱中症について

マスク着用時は熱中症のリスクも高くなります。暑さやほてり、気分が悪くなった場合は、早い段階で人から距離を置いてからマスクを外し、体温を下げるようにしましょう。

また活動中でも定期的な水分補給を心掛けましょう。活動中に水分補給をしてもい  
いか分からない場合は、事前に団体スタッフの方に確認をすると良いでしょう。

(5) 活動後

- 活動後も石けんでの手洗いやアルコール消毒剤での手指消毒を徹底しましょう。
- 活動が終了したら速やかに帰宅しましょう。食事会や飲み会などは控えましょう。

3 その他の注意事項

活動先から感染者が発生したときや自らが感染・濃厚接触者の可能性が発生した場合は、すぐに保健管理センター又はボランティア支援室へ連絡してください。

- ・保健管理センター TEL 045-787-2270  
開室時間 8：30～17：15（土・日・祝は除く）
- ・ボランティア支援室 TEL 045-787-2444 メール [voluntee@yokohama-cu.ac.jp](mailto:voluntee@yokohama-cu.ac.jp)  
開室時間 10：00～17：00（土・日・祝は除く）
- ・時間外（大学代表） TEL 045-787-2055