

新型コロナウイルス感染防止対策による 施設利用ハンドブック

2021 ver.1



独立行政法人 国立青少年教育振興機構
国立室戸青少年自然の家

もくじ

はじめに・・・・・・・・・・・・・・・・	1
生活について・・・・・・・・	2
食堂について・・・・・・・・	3
宿泊室等について・・・・・・・・	4
寝具等について・・・・・・・・	5
浴室・研修室等について・・・・・・・・	6
新型コロナウイルス感染疑い者発生時の対応・・・	7
活動プログラムについて・・・・・・・・	8-9



はじめに

国立室戸青少年自然の家では、「新しい生活様式」に取り組んだうえで、当施設での体験活動を安心・安全かつ有意義に行っていただくために本書を作成しました。本書は、「利用の手引き」の変更点と重要事項を抜粋して記載していますので、ここに記載のない項目は、これまでの「利用の手引き」をご確認ください。なお、国による新たな基準の公表や変更、自治体の要請の変更に伴い、本書は見直し・改訂をしていきますことをご了承ください。

○利用制限

- 宿泊室及び活動エリアにゆとりを持たせるため、1日当たりの定員を概ね150名とさせていただきます。日帰り利用に関しましても、同様の定員で受入れをいたします。
- 新型コロナウイルスに感染した方及び感染の疑いのある方との濃厚接触者ではないことを確認のうえ、来所をお願いします。

以下1つでも該当する場合は利用を禁止します。

 - ①37.5℃以上の発熱がある。
 - ②平熱比+1℃以上の発熱がある。
 - ③息苦しさ（呼吸困難）・強いだるさがある。
 - ④咳・咽頭痛などの症状がある。持病やアレルギーを除く。
 - ⑤味覚・嗅覚異常や体調不良がある。
 - ⑥過去2週間以内に、感染が引き続き拡大している国などへ訪問したことがある。
 - ⑦新型コロナウイルスに感染した方及び感染の疑いのある方との濃厚接触をした可能性がある。
- 新型コロナウイルス感染防止対策に変更がある場合は、webサイトなどでお知らせしていきますので、随時ご確認くださいませよう、お願いします。なお、申し込みに係る提出書類等は、通常通りですが、加えて「検温実施記録表」のご提出をお願いします。

○携行必需品

※同行される講師、運転手、添乗員、カメラマンにも団体責任者からお伝えください。

☐ マスク

☐ 体温計

☐ 就寝時用バスタオル（p5 参照）

☐ 洗面用具（タオル・歯ブラシ・石鹸・シャンプーなど）

※備え付けのリンスイシャンプー、ボディーソープもございます

☐ 健康保険証

☐ 長袖・長ズボン・靴下・タオルなど

※屋外でのけが防止、マダニ対策のため

☐ 緊急車両

※各団体1台以上ご用意ください

生活について

○健康管理のお願い

- ・1日2回（起床時、就寝時）の検温、健康観察をお願いします。
- ・事前に「新型コロナウイルス感染疑い者発生時の対応」をご確認ください。（p7 参照）
- ・退所時に「検温実施記録表」のご提出をお願いします。

○活動計画のお願い

- ・朝のつどい・夕べのつどいを実施いたします。ただし、複数団体の場合は全団体の了承の下で実施します。
 - ・食堂は座席数を概ね80名とし、時間及び座席を指定させていただきます。（p3 参照）
 - ・浴室棟での入浴は完全入替え制とし、時間及びロッカーを指定させていただきます。（p6 参照）
 - ・宿泊時に使用するベッドを指定させていただきます。（p4 参照）
 - ・原則、下記の標準生活時間を目安に活動時間にゆとりをもって計画してください。
- また、当施設から下記時間外でのご案内をする場合もあります。

	起床 検温	朝の つどい	朝食 ※時間指定	活動 （午前）	昼食 ※時間指定	活動 （午後）	夕べの つどい	夕食 ※時間指定	入浴 ※時間指定	活動 （夜間）	検温 就寝
夏季 （4～10月）	6:00	7:15 }	7:30 }	9:00 }	12:00 }	13:30 }	17:30 }	17:45 }	18:00 }	19:00 }	22:00
		7:30	8:45	12:00	13:30	17:30	17:45	19:00	21:45	21:30	
冬季 （11～3月）	6:30	7:30 }	7:45 }	9:00 }	12:00 }	13:30 }	17:00 }	17:15 }	18:00 }	19:00 }	22:00
		7:45	9:00	12:00	13:30	17:00	17:15	18:30	21:45	21:30	

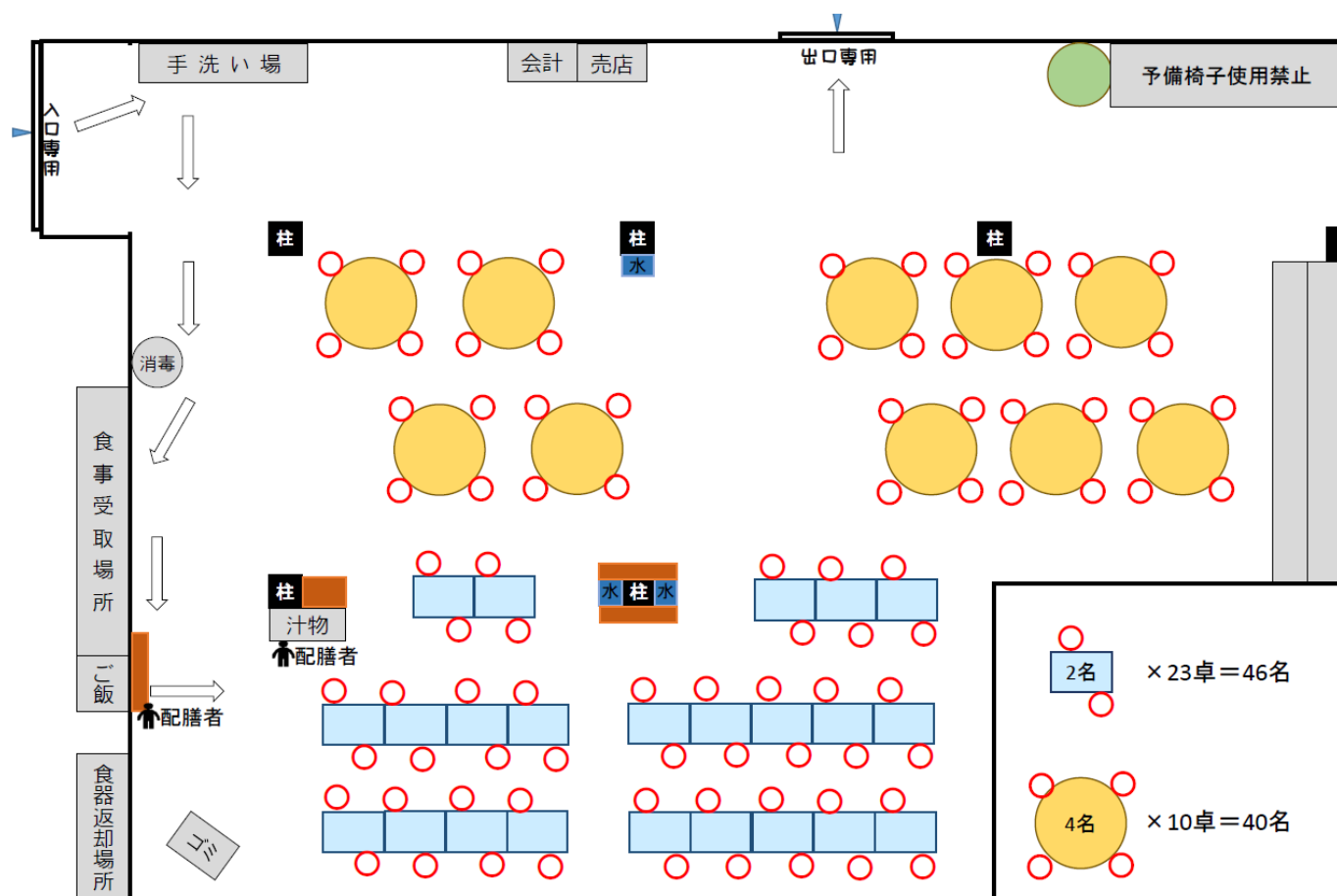
○活動中のお願い

- ・屋内ではマスクの着用（未就学児を除く）を徹底してください。屋外では活動に合わせて着用してください。
- ・こまめな手洗い、手指の消毒をお願いします。
- ・3密（密閉・密集・密接）の回避に心がけ、最低1m間隔で並んでください。
- ・できるだけ、屋外の活動を計画してください。
- ・屋内では、定期的な換気を行ってください。
- ・近距離での会話や、大きな声、身体接触の伴う活動はお控えください。
- ・屋外であっても十分な距離を取って、活動してください。



食堂について

- **食堂の定員を概ね80名**とします。
- ビュッフェ形式は取りやめ、**配膳形式**で提供します。
- 座席及び時間を当施設で指定しますので、**時間内でのご利用**をお願いします。
- 入室後は**手洗い**をし、**手指の消毒**を徹底してください。
- 配膳等で並ぶ場合は最低1m間隔で並んでください。
- 団体毎に**ご飯及び汁物を配膳する方**(汁物は朝食時及び夕食時のみ)を1名ずつ**計2名**ご用意ください。
- 摂食の時のみマスクを外し、黙食し、食事が終わったらマスクを着用してください。



☆おかわりの方法 ※ご飯及び汁物のみおかわりできます。

- ① **マスクを着用**し、配膳場所で手指の消毒をします。
- ② **新しいお椀**に自分で配膳します。

宿泊室等について

○宿泊部屋の定員

- ・団体間の接触をできるだけ避けるため、各宿泊棟を部屋毎に区分けして、団体毎に配室します。

宿泊棟	棟番号	部屋の様式	通常定員	対策定員	合計
宿泊棟	A 棟	1 3人部屋×2部屋 1 4人部屋×2部屋	54人	28人	112人
	B 棟	1 4人部屋×4部屋	56人	28人	
	C 棟	1 4人部屋×4部屋	56人	28人	
	D 棟	1 4人部屋×4部屋	56人	28人	
ロッジ	E 棟	2人部屋×1部屋 4人部屋×6部屋	26人	14人	28人
	F 棟	2人部屋×1部屋 4人部屋×6部屋	26人	14人	

- ・ **ベッドの位置を当施設で指定**（オレンジー/ブルー）させていただきます。



○部屋での過ごし方

- ・可能な限り**マスク**を着用してお過ごしください。
- ・**定期的な換気**を行ってください。
- ・近距離での会話や、大きな声、身体接触を控えてお過ごしください。
- ・寝具を介しての感染防止のため、ご持参いただいた**就寝時用バスタオル**、当施設配布の**まくら用ビニール袋**及びシーツ等を正しくご使用ください。（p5 参照）

なお、配布したまくら用ビニール袋の廃棄方法及びシーツ等の返却方法もご確認ください。（p5 参照）

○退所日の点検について

- ・**トイレのみ清掃は不要**です。その他の宿泊室や共用部分は従来通りの実施をお願いします。
- ・退所時は換気のため、使用した部屋の窓とドアを開放してください（雨天時を除く）。

感染対策版

寝具の使い方

メインホール棟の「シーツ置き場」から「シーツ2枚」と「まくらカバー1枚」、「まくら用ビニール袋1枚」を持っていく



①ベッドパットを敷く



②シーツを2枚重ねて敷く



③かけ布団・毛布を敷いてシーツを折り返す



④まくらをビニール袋へ入れる



⑤まくらカバーへまくらを入れる



⑥バスタオルをまくらが隠れるように敷く

感染対策版

返却・廃棄方法

「シーツ2枚」と「まくらカバー1枚」は別々にメインホール棟の「返却かご」に返却

「ビニール袋」は団体毎に配布した廃棄用ゴミ袋へ回収し、メインホール棟の「専用ゴミ箱」へ廃棄



浴室について

- ・入浴は完全入替え制とし、時間及びロッカーを指定（オレンジ/ブルー）させていただきますので**時間内でのご利用**をお願いします。
- ・**脱衣所内への一度の入室人数は10人程度**とします。
- ・浴室内でもできる限り**間隔をあける**よう団体指導者は指導をお願いします。



研修室等について

○研修室

- ・活動内容、人数を考慮して事前に研修室を指定させていただきます。
- ・1時間に1回程度、窓やドアを同時に開けるなどして**換気**を行ってください。
- ・入室の際には**備え付けの消毒液にて手指の消毒**をしてください。
- ・研修室内においても**マスクの着用**をお願いします。



○事務室

- ・**入室者を限定（1～2名程度）**していただき、**多人数で入室しない**ようにお願いします。
- ・物品の貸出・返却についても上記の通り、限定された入室者が行うようにお願いします。



新型コロナウイルス感染疑い者発生時の対応

☆当施設ご利用中に下記のいずれかの**症状が一つでも認められた場合**は、
その場から**事務室内線**（30）または**外線**（0887-23-0205）で至急お知らせください。

※直接事務室へはお越しにならないようにお願いします。

- （１）37.5 度以上の発熱がある
- （２）平熱より1 度以上体温が高い
- （３）息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさがある
- （４）咳、咽頭痛などの症状がある
- （５）味覚・嗅覚異常や体調不良がある

☆連絡をいただいた後は、下記の対応をいたします。

- | | | | | |
|-----|---------|---|-------------|-------------------|
| 【１】 | ○感染疑い者 | → | 単独隔離 | （当施設より隔離場所を指示します） |
| | ○濃厚接触者 | → | 別室隔離 | （当施設より隔離場所を指示します） |
| | ○非濃厚接触者 | → | 待機 | （活動場所で待機をお願いします） |



- | | |
|-----|-----------------|
| 【２】 | 当施設より団体への聞き取り調査 |
|-----|-----------------|



- | | |
|-----|-------------|
| 【３】 | 当施設より保健所へ連絡 |
|-----|-------------|



- | | | | | |
|-----|---------|---|-----------|-------------------|
| 【４】 | ○感染疑い者 | → | 退所 | （保護者などの送迎をお願いします） |
| | ○濃厚接触者 | → | 退所 | （保護者などの送迎をお願いします） |
| | ○非濃厚接触者 | → | 活動継続 | （日程変更など相談をします） |



- | | |
|-----|---|
| 【※】 | 活動継続中に新たな感染疑い者が発生した場合は、当施設と相談の上、退所時間及び方法について検討させていただきます |
|-----|---|

※上記に該当しない体調不良者発生時も直接事務室へはお越しにならないようにお願いします。

※退所後2週間以内に上記症状が認められた場合は当施設まで至急ご連絡ください。

活動プログラムについて

- ・新型コロナウイルスへの感染症対策を講じて実施できる活動プログラムの紹介です。
- ・活動時、屋内ではマスクの着用を徹底してください。屋外では活動に合わせて着用してください。
また、ソーシャルディスタンスをお守りください。
- ・活動プログラムの実施方法などについては、ご相談ください。

○海活動(午前・午後)

実施状況	No.	活動名	指導	活動内容	所要時間	活動人数	備考
○	1	シーカヤック	有	海でパドルを使いカヤックを操船する活動。	3時間	10～40人 (別途監視者2名以上必要)	・小学5年生以上 ・5月～10月
×	2	スノーケリング	有	スノーケルとマスクを身につけて、水面または水中を遊泳する活動。	3時間	10～40人 (別途監視者2名以上必要)	・小学5年生以上 ・5月～9月
×	3	スタンドアップパドルボード(SUP)	有	ボードの上に立ち、パドルを使って水面を進む活動。	3時間	10～40人 (別途監視者2名以上必要)	・小学5年生以上 ・5月～10月
○	4	磯観察	有	熱帯魚や貝などの生き物観察を行う活動。	3時間	10～70人 (別途監視者2名以上必要)	・5月～10月
○	5	磯遊び	無	団体独自で磯の生き物観察を行う自主活動。	3時間	10～70人	・5月～10月 ・物品の貸出は行いません。
×	6	ミニクルージング 【有料:150円】	有	自然の家のクルーザーに乗船し、室戸岬周辺を自然観察を行う活動。	1時間30分	20～40人 ／回	・宿泊団体のみ ・乗船時間(約40分)

○野外活動(午前・午後)

実施状況	No.	活動名	指導	活動内容	所要時間	活動人数	備考
△	7	野外炊事	有	カレーなどを薪の火を使って調理する活動。	3～4時間	5人～150人	・食材と薪代は有料 ・雨天時は雨具が必要
△	8	スコアオリエンテーリング	導入指導のみ	地図を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポストを探し、得点を集める活動。	3時間	～150人	・小学5年生以上
○	9	フィールドフォトビンゴ Long version	導入指導のみ	写真を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポイントを探し、ビンゴを成立させる活動。	2時間30分	～80人	・小学1年生以上
○	10	フィールドフォトビンゴ Short version	導入指導のみ	写真を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポイントを探し、ビンゴを成立させる活動。	1時間30分	～80人	・小学1年生以上
○	11	アートフォトビンゴ	導入指導のみ	施設内に描かれているアート作品をできるだけ多く探し、ビンゴを成立させる活動。	1時間～ 1時間30分	～80人	・小学1年生以上
○	12	基地づくり遊び	有	ロープとこのぎりを使って、森の中で自分たちだけの基地を仲間と協力して作る活動。	3時間	10～40人	
○	13	冒険の森遊び	無	立木にロープをかけた遊具で自由に遊ぶ。	1時間	～40人	・4歳以上
○	14	おもしろ自転車	無	様々な変形自転車に乗って遊ぶ活動。	1時間	～40人	・小学生
○	15	マウンテンバイク	無	緑の草原や木々の間を自転車で走破する活動。	1～2時間	10～25人	・小学5年生以上 ・マウンテンバイクコース有
○	16	茶摘み	有	茶摘みから手もみ製茶までの工程を体験できる活動。	2～3時間	8～40人	・4月～5月頃 ・4歳以上(4歳から小学2年生までは保護者同伴)
○	17	草スキー	無	草で覆われた斜面を、段ボールなどを使って滑り降りる活動。	1～2時間	～30人	・9～3月頃 ・段ボールは持参

○野外活動(夜)

実施状況	No.	活動名	指導	活動内容	所要時間	活動人数	備考
△	18	キャンプファイア	希望により有	營火場で火を囲み、仲間と歌やゲームで交流を深める活動。	1～2時間	10～150人	・薪、トーチは有料 ・灯油は無料で準備します。
○	19	ナイトハイク	希望により有	夜間、懐中電灯1本程度の小さな灯りで設定されたコースを巡る活動。	30分～1時間30分	8～120人	・4歳以上(4歳から小学2年生までは保護者同伴) ・懐中電灯は持参
△	20	星空観察	希望により有	星座早見を使って星座を観察したり、双眼鏡、天体望遠鏡で天体等を観察したりする活動。	1時間～1時間30分	8～150人	・天体望遠鏡、双眼鏡、星座早見盤は貸出あり

○ゲーム・レクリエーション活動

実施状況	No.	活動名	指導	活動内容	所要時間	活動人数	備考
○	21	室内フォトビンゴ	導入指導のみ	ヒントの写真を頼りに、定められた時間内にできるだけ多くのポイントを探し、ビンゴを成立させる活動。	1時間～1時間30分	～80人	・小学1年生以上
○	22	ペタンク	希望により有	2チームでピュット(目標玉)めがけてボール(鉄製またはプラスチック製)を寄せ合い、得点を競う活動。	2時間	～60人	・4歳以上(4歳から小学2年生までは保護者同伴) ・屋外用、屋内用あり
○	23	ロープワーク	有	リーフノットやエイトノット、クラブヒッチ等、主に「防災」に役立つロープワークを学ぶ活動。	1～2時間	10～40人	・小学3年生以上
×	24	コミュニケーションゲーム	希望により有	仲間づくりを目的として、様々なレクリエーションゲームを行う活動。	1～2時間	10～200人	
△	25	キャンドルファイア	希望により有	ローソクの炎のもとで行う楽しいついでい。仲間と歌やゲームで交流を深める活動。	1～2時間	10～150人	・ローソクは持参 ・食堂で購入する場合は1週間前までに事前注文が必要

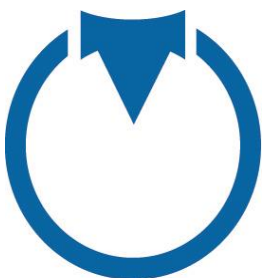
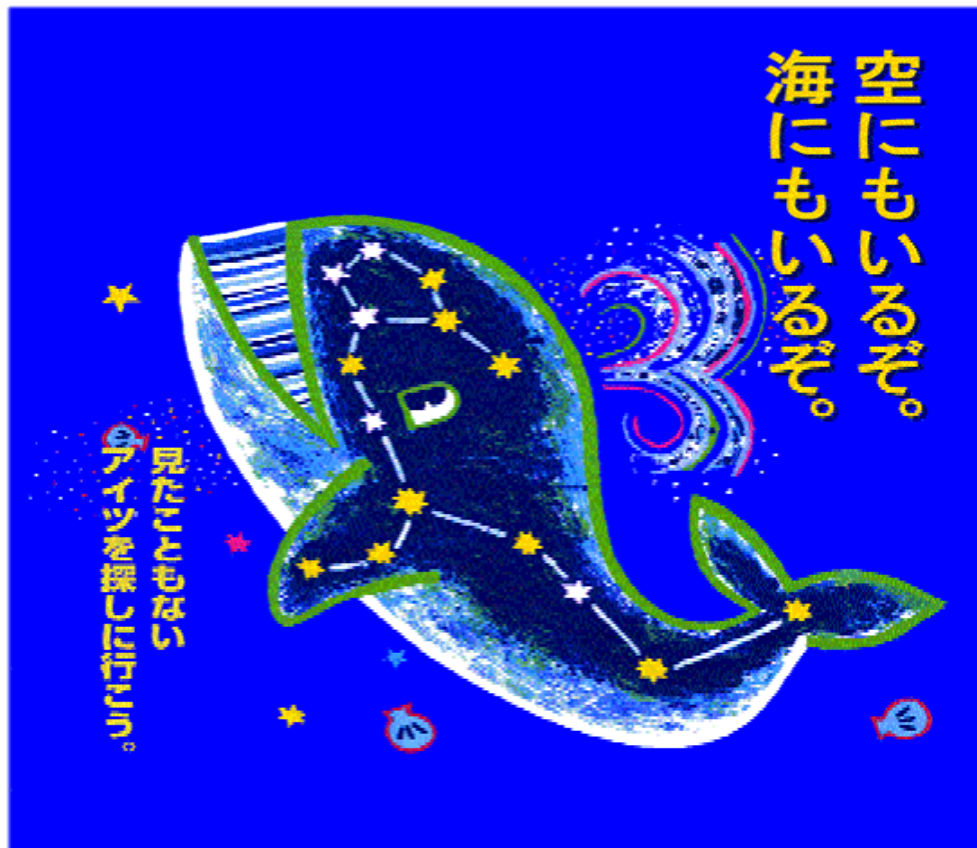
○創作活動(午前・午後)

実施状況	No.	活動名	指導	活動内容	所要時間	活動人数	備考
○	26	流木クラフト	有	流木を紙やすりで磨き、オリーブオイルでさらに磨き上げて、ストラップなどを作る活動。	1時間30分	5～150人	・4歳以上(4歳から小学2年生までは保護者同伴)
○	27	焼き板工作 【有料:250円】	有	板を焼き、表面を磨き、絵付けを行うことにより、壁飾りなどを作る活動。	1時間～1時間30分	10～40人	・4歳以上(4歳から小学2年生までは保護者同伴)
○	28	小枝工作 【有料:50円】	有	小枝を組み合わせ、動物などの置物を作成する活動。	1時間～1時間30分	10～40人×2	・4歳以上(4歳から小学2年生までは保護者同伴)
○	29	竹笛 【有料:50円】	有	小刀を使って竹を削り、笛を作る活動。	1時間～1時間30分	10～40人	・小学3年生以上
○	30	竹箸 【有料:50円】	有	小刀を使って竹を削り、箸を作る活動。	1時間～1時間30分	10～40人	・小学3年生以上
○	31	七宝焼き 【有料:500円】	有	色々な色のゆう薬を使ってブローチやキーホルダー等に模様をつけ、高温で焼き上げる活動。	1時間30分～2時間	10～30人	・4歳以上(4歳から小学2年生までは保護者同伴)

※国による新たな基準の公表や変更、自治体の要請の変更に伴い、見直し・改訂をしていきますことをご了承ください。



National Institution For Youth Education
独立行政法人 国立青少年教育振興機構



独立行政法人国立青少年教育振興機構

国立室戸青少年自然の家

〒781-7108 高知県室戸市元乙1721

TEL:0887-23-2313

FAX:0887-23-2484

