

吉水講支部活動再開のためのハンドブック

吉水流詠唱の支部活動を 再開するにあたって

「吉水流詠唱における支部活動再開のためのガイドライン」から

浄土宗吉水講

総本山知恩院吉水講総本部

大本山増上寺吉水講総本部

大本山善導寺吉水講総本部

吉水講信条

私たちはこの詠唱を通じ

- 一、篤く三宝を敬い、仏祖の恩徳に報います。
- 一、元祖法然上人の教えを体し、この道の興隆に励みます。
- 一、互いに助け合い、念仏をよろこびます。
- 一、自らのつとめにいそしみ、家庭の平和を念じます。
- 一、広く同信を募り、社会の浄化につとめます。

基本的な考え方

お稽古時には特に

飛沫感染とエアロゾル感染に注意してください

★三密を避ける

- ①密閉空間（換気の悪い密閉空間である）
- ②密集場所（多くの人が密集している）
- ③密接場面（互いに手の届く距離での会話や発声が行われる）

★手洗い・うがい・消毒を徹底

★マスク着用、咳エチケット

★ソーシャルディスタンスを確保

★換気が大事

飛沫感染とエアロゾル感染

「飛沫」

- ➡ 会話・咳・くしゃみ等の際に口から飛び散る細かな水しぶきのこと

エアロゾル

- ➡ 空気中に浮遊する、極めて微細な(直径が0.001マイクロメートルから10マイクロメートル)粒子



マスクとフェイスシールド

拡散・・・自身からウイルスが発せられるの意 / 侵入・・・他者または空気中からウイルスが入るの意

媒体	飛沫防止	エアロゾル防止
マスク	拡散を防止する効果はある。また、侵入に対しても効果がある。	拡散に対してある程度効果がある。また、隙間からの侵入を完全に防ぐには至らないが、通常の3分の1程度まで軽減できる。
フェイス(マウス)シールド	拡散・侵入に対して、マスクと同程度の効果がある。	隙間から大量に拡散・侵入することを防ぐことが出来ない。

※理科学研究所「歌唱時を想定した室内環境におけるウイルス飛沫感染の予測とその対策」から

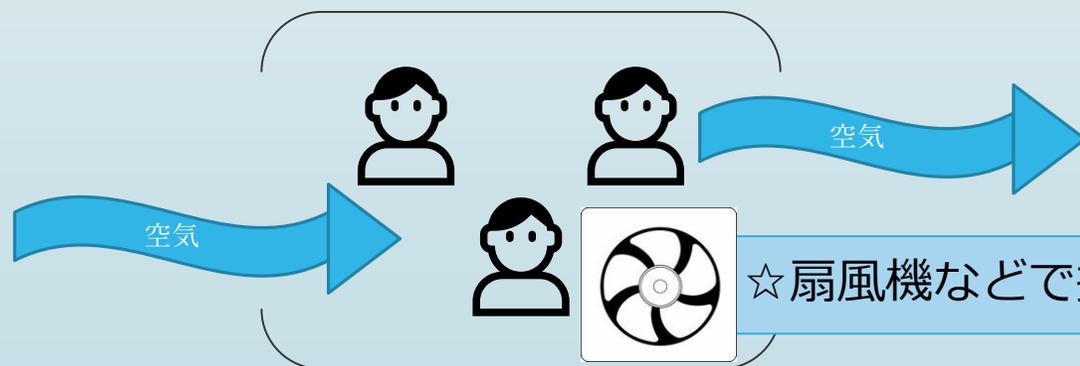
感染防止にはマスクが最も効果的であり、フェイス(マウス)シールドは代替効果を保証するものではありません。お稽古時には可能な限り、マスクを着用するよう心掛けてください。また、エアロゾルは空気中に滞留するため、換気が最も効果的です。やむを得ずフェイス(マウス)シールドを使用する場合には、十分な換気を併用してください。

会場

- ★なるべく大きなお稽古場（会場）を用意してください
- ★お稽古日時を級別に設けるなど、人数・時間を制限してください
- ★玄関や会場出入口、お手洗いには消毒液を設置してください

換気

- ★空気の流れ道を作ってください



☆扇風機などで排気力を上げると効果的です

日常

7

★講員さんへ日頃から感染予防対策を心掛けるよう呼びかけてください。

☆マスクを着用するなど、咳エチケットを実践する

☆まめに手洗い・うがい・手指消毒を行う

☆定期的な検温を行い記録し、必要に応じて実施責任者へ提出できるよう準備する

★以下に該当する場合には、お稽古の参加を控えてください

☆平熱を超える発熱があった ☆継続した咳・呼吸困難・全身倦怠感・味覚嗅覚障害等の症状があった

☆新型コロナウイルス感染症陽性と診断されたものとの濃厚接触があった

☆同居家族や身近な知人に感染が疑われる者がいた

☆過去14日以内に政府から入国制限や入国後の観察期間を必要とされている国または地域への自身の渡航、当該在住者との濃厚接触があった

※国立感染症研究所による濃厚接触の定義

- ・患者（確定例）と同居あるいは長時間の接触があった者
- ・適切な感染防護無しに患者を診察、看護もしくは介護していた者
- ・患者の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ・手で触れることが出来る距離(約1m)で、必要な感染予防なしに患者と15分以上の接触があった者

準備・片付け

- ★密にならないよう、最小限の人数で行ってください
- ★手袋、マスクを着用してください
- ★座布団、譜面台、楽器等を設置（撤収）した後は消毒してください
- ★配布物は手渡しせずに、事前に設置してください
- ★終わったら手洗い・うがい・手指消毒を行ってください
- ★万が一に備え、参加者の氏名・緊急連絡先を記載した名簿を作成してください

お稽古にあたって

入退場時

- ★玄関や入口で密集しないように分散して入退場するようにしてください
- ★お稽古開始までは入口・窓を開放して、換気してください
- ★入場前には検温をしてください ※接触型検温器の場合は都度消毒してください
- ★玄関や入口には消毒液を設置し、こまめに手洗い・うがい・消毒をしてください
- ★お稽古開始まではマスクを着用し、咳エチケットを実践してください
- ★楽譜やプリントなどの配布物を手から手へ配布・回覧することは避けてください
- ★室内では飲食は控えてください

お稽古にあたって

お稽古時

- ★講員同士の間隔を2 m(最低1.5m)確保し、向かい合わないよう座ってください
- ★お稽古中も可能な限り窓や入口を開放し換気してください
→困難な場合、お稽古は30分以内を目安とし、5分以上は換気をしてください
- ★指導者は講員との距離を十分に確保して指導してください
- ★発声者以外はお稽古中もマスクを着用してください
- ★楽譜やプリントの共有は避けてください
- ★お稽古が済み次第、手洗い・うがい・手指消毒をしてください
- ★お稽古後の茶話会等は控えてください

お稽古にあたって

緊急時の対応

★お稽古時、発熱等感染が疑われる人が出た場合は...

☆当該人を速やかに隔離してください

☆当該人並びにその対応をする人はマスク着用等、感染防護策を講じてください

☆速やかに医療機関などへ連絡し、指示を仰いでください

☆お稽古後日も含め、感染が発覚した際には保健所等の公的機関による聞き取りに協力し、2次感染の防止に取り組んでください

★お稽古後（2週間以内）に感染が発覚した場合には

☆直ちに実施責任者へ報告し、実施責任者は保健所の指示に従い、必要に応じて他の参加者へ連絡してください

最後に

記載内容は政府の方針や音楽関係諸団体のガイドラインを参考に策定した、目安です。

その他、会場やお稽古内容に合わせて、適宜アレンジしてください。

講員の皆様の安全と感染拡大防止が第一です。

講員の皆様と意思疎通を図りつつ、各人の意思を尊重した上で、活動の継続に取り組まれますよう、お願い申し上げます。

今じゃ待ちます稽古の日 行けば会えます皆の顔
習い覚えたお歌とお舞 聞いて下さい見て下さい

以前のように、吉水講支部活動が活発に行われ、講員各位の活動を阿弥陀様が悦ばしく見守られる日々が戻りますことを心より祈念いたします。