

リンリーズ：合唱練習におけるコロナ感染対策（改訂 1）

リンリーズの合唱文化を守るため練習を再開します。コロナ感染は終息しませんが、リンリーズはこの対策を団員が十分に理解し、確実に実行し、感染の防止に努めます。

（対策の出典：松戸市市民センター使用条件制限、日本合唱連盟・感染防止対策、役員会決定など）

1. コロナ感染防止に関する心得

- 1) 各々の感染に対する心配の程度・恐怖心・環境などは異なって当然であります。個人の考え・行動を尊重して、練習出欠を強要しない、休んでも非難しない。
- 2) 自己の体調を十分に観察して、決して無理をしない。積極的に欠席する。
- 3) やみくもに恐れず、決してあなどらず、科学的に考え、慎重に行動すれば、感染は防止できるはずです。
- 4) いつどこで感染するかもわからない今、感染者を非難しない事も大切です。

2. コロナ感染防止対策と練習時の行動の案内

- 1) 当分の間、パートリーダーが出欠などの事前連絡をとりますので協力願います。
- 2) 当日に体調がおかしい、不安を感じたら、また、過去 2 週間以内に、発熱、咳・のどの痛み、だるさ・息苦しさ、嗅覚・味覚異常などあったら、積極的に欠席する。
- 3) マスク(各自持参)を入館～退館まで常に着用する(団でフェイスシールドは準備済)。
- 4) センターへの入出館時にはアルコール消毒や手洗いをする。
- 5) 密集して入・退場しない、意図的に分散する。
- 6) 入室時には検温をチェック(非接触体温計)しますので、協力ください。
- 7) いくら懐かしくてもハグや握手は禁止です。
- 8) 挨拶も距離(1m)をとって穏やかに。
- 9) 練習時は、前後 2m、左右 1m 以上の間隔をとって並ぶ。先生と団員は 5m。
- 10) 先生の指示で、全員が座る、又は立つ。「立つ・座る」の混在はしない。
- 11) 渾身の発声、怒鳴り声はやめましょう。柔らかな飛沫の無い発声をしましょう。
- 12) いくら気になっても、横を向いたり、顔を向けて歌わない。先生を見ましょう。
- 13) 先生の判断で、ハミング・母音のみなど飛沫最小の練習も取り入れます。
- 14) 出席者が多く間隔が取れない場合、人数を分割し時間を分けて練習する。
- 15) 先生の判断で、休憩を多くとり、窓・扉を開けて換気をします(最低 30 分に 1 回)。
- 16) 休憩時は、距離をとって、マスクをして、ぺちやくちゃでは無く、穏やかな会話。
- 17) くしゃみは仕方ない事、マスクの上から腕を当て、「咳エチケット」を実行します。
- 18) 楽譜などの貸し借り、共用はしない。
- 19) 飲み物は個人持参のみ。食べ物の配布は当分の間しない。
- 20) 練習後、椅子・テーブル等を消毒液で清掃する(薬液・布きんはセンターで装備)。
- 21) チェック表の作成と提出、練習出席者名簿の作成と保管(総務役員が担当します)。
- 22) 自分または家族が感染したら、パートリーダー(⇒総務⇒団長)に連絡する。

3. 連絡事項

- 1) 練習開始日： 2020 年 10 月 24 日、稔台市民センター
- 2) 練習曲： キュイジーヌ2、プア・ラニ・アロハ、Choral
- 3) 団費： 1 回の出席毎に 1,000 円/人を会計に支払う(当分の間)

2020 年 10 月 18 日 団長