

# 中野区 区民公益活動団体向け

新型コロナウイルス感染症対策

## 新しい生活様式を取り入れた事業事例集

うた 編

令和2年10月

中野区

Ver.1.0

## はじめに

中野区では、7月に、区民公益活動団体が事業実施する際の「新型コロナウイルス感染症対策のガイドライン」をまとめ、ホームページなどで公開しています。しかし、区民公益活動の事業内容は多種多様で、活動の種別ごとに特有の配慮や対策が必要となる場合があります。そこで、既に検証結果等を踏まえて工夫を施し、実践している団体等が公表している対策とあわせて、区内における活動事例を紹介する事例集を作成することとしました。

この「うた編」では、私たちにとって最も身近な音楽活動である「うた」に関する活動を取り上げます。飛沫感染リスクが高く、マスク着用では活動が難しく、多くの団体が活動を中止せざるを得ない状況が続く中、この事例がみなさまの参考となり、活動の再開や立ち上げにつながるきっかけとなることを願っています。

なお、本事例集は、今後、事例を収集しながら改訂していきます。また、今後、飲食を伴う活動を扱った「食事編」、不特定多数の参加者が集う「イベント編」なども作成していく予定です。

### <目次>

1. 合唱活動時の新型コロナウイルス感染防止対策(全日本合唱連盟)
2. 新しい生活様式を取り入れた事例

★「中野区区民公益活動団体向け 新型コロナウイルス感染症対策のガイドライン」Ver.1.1

ダウンロードはこちら→<https://www.city.tokyonakano.lg.jp/dept/172000/d028977.html>



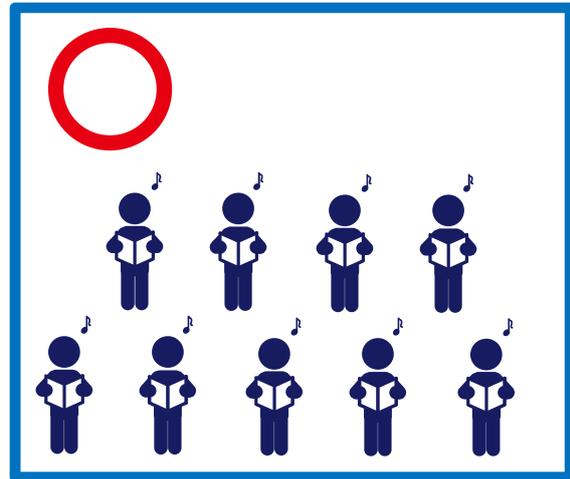
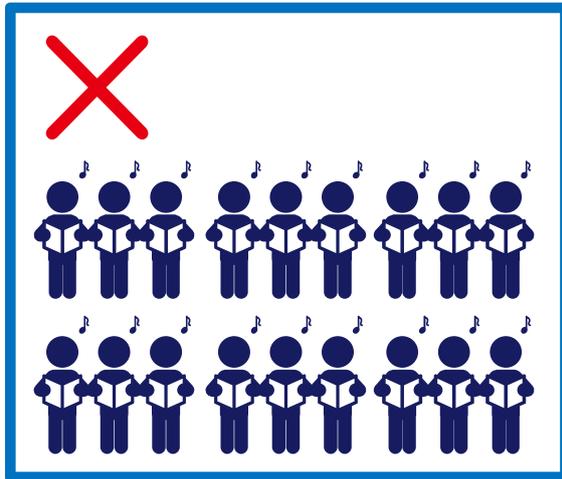
# 1. 合唱活動時の 新型コロナウイルス感染防止対策

～日常・練習当日の対策～

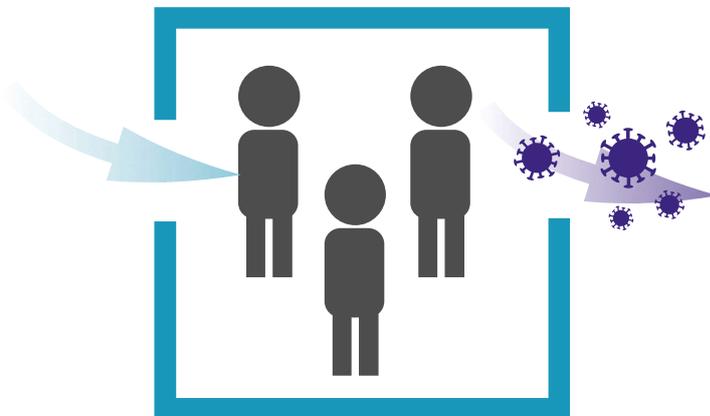
出典：全日本合唱連盟 合唱活動時の感染防止対策汎用版  
2020年9月9日第1.1版

# 利用施設

- ① 概ね収容定員の 50% 以下の人数を目安に。  
収容定員 20 名の場合 … 10 名までの利用が望ましい



- ② 窓の開放が可能であること。もしくは、  
機械換気により必要換気量が確保できること。



- ③ 感染予防対策が徹底されていること。



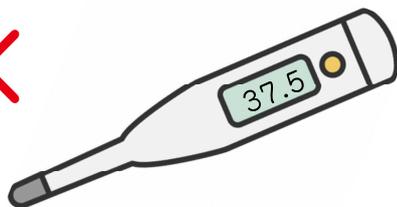
# 日常の対策

## ① 名簿の管理

## ② 体調の管理

- ① マスクを着用し、咳エチケットを実践しましょう。
- ② まめに手洗い・手指消毒を行いましょう。
- ③ 定期的に検温を行い記録しましょう。
- ④ 活動前1週間内に、以下に該当する項目があれば、出席しないようにしましょう。

### A 平熱を超える発熱



### D 味覚・嗅覚障害



### B 咳、呼吸困難、咽頭痛、鼻汁・鼻閉



### E 目の痛みや結膜の充血

### F 下痢、嘔気・嘔吐

### G 感染症陽性者との濃厚接触

### H 感染の疑いがある同居家族・知人がいる

### C 全身倦怠感、頭痛、関節・筋肉痛



### I 過去14日以内に、入国制限、入国後の要観察期間地域への渡航、または当該在住者との濃厚接触がある

## ③ 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCoA)や地方公共団体の接触確認システムを導入するなど、接触確認が容易となるよう心がけましょう。

# 練習当日の対策 I

## ① 会場設営・撤収

- ① 椅子や譜面台等備品の搬出入・設置は、**予め時間と人員**を設定し、十分な時間をもって設営・撤収を行きましょう。
- ② **マスク**を着用し、**咳エチケット**を実践しましょう。
- ③ 十分な**距離**(原則2m以上、最低1m)を確保しながら設営・撤収しましょう。
- ④ 設置後、備品の**消毒**を行きましょう。  
ピアノは専用クリーナーの使用を！
- ⑤ 設営前後・撤収後に**手洗い**をしましょう。



## ② 会場入場時

- ① 密集しないよう、**分散入場策**を講じましょう。
- ② 窓と出入り口を開放し、**換気**を行きましょう。
- ③ **マスク**を着用し、**咳エチケット**を実践しましょう。
- ④ 入場前に**手洗い**をしましょう。
- ⑤ 人との**間隔**を原則2m、最低1m以上離し、  
会話はなるべく控えましょう。
- ⑥ 楽譜類は手から手への**配布**を避け、  
回覧はしないようにしましょう。
- ⑦ 会場内での**飲食**は控えましょう。



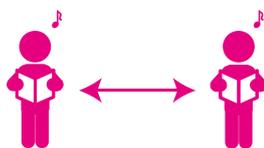
## 練習当日の対策Ⅱ

### ③ 練習時

- ① 団員の距離は前後 2m 以上、左右 1m 以上を確保しましょう。また、向かい合う配置は避けましょう。
- ② 指導者・伴奏者と団員との距離は、適切な距離を確保しましょう。
- ③ 座っている団員と立っている団員が混在しないようにしましょう。
- ④ 咳エチケットを実践しましょう。
- ⑤ マスクは飛沫拡散防止の効果があるため、着用を推奨します。
- ⑥ 身体的な接触をしないようにしましょう。
- ⑦ 連続した練習時間は30分以内とし、5分以上の換気を行いましょう。
- ⑧ 楽譜やプリント類の共有は避けましょう。

### ④ 休憩時

- ① マスクを着用し、咳エチケットを実践しましょう。
- ② 人との間隔を原則 2m、最低 1m 以上離し、会話はなるべく控えましょう。
- ③ 飲食物の共有は避けましょう。
- ④ 窓と出入り口を開放し、換気を行いましょう。



### ⑤ 練習後

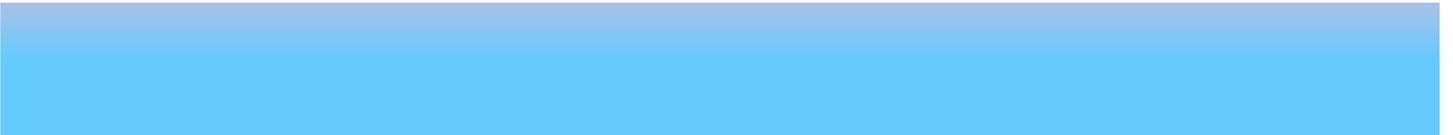
- ① 出席者をチェックし、名前を控えておきましょう。
- ② 退場時に密集しないよう、分散退場策を講じましょう。
- ③ マスクを着用し、咳エチケットを実践しましょう。
- ④ 連絡やミーティングは可能な限り書面やオンラインで行いましょう。
- ⑤ 会食等は控えましょう。





## 2. 新しい生活様式を取り入れた事例

～区民公益活動団体の事業～



事業名・主催	まちなかサロン「メリーさんのひつじ」	
特色	参加者で話し合い、活動の原点に返って「音楽を楽しむ」ことが事業の本来の目的であると再確認し、「合唱」から「楽器演奏」へ活動内容を変更して再開	
再開または立ち上げ時期	7月から再開	(令和2年3月～6月は休止)

	before	after
	合唱	楽器演奏
事業内容	歌の背景を学び、話をしながら理解を深める。次に10曲程度を合唱する。合唱の合間には運営者が提供する飲み物とお菓子をいただきながら歓談する。	ピアノなどの生演奏を鑑賞したのち、休憩を挟んで、主催者が指揮をして参加者がアングルン（楽器）を演奏する。 ★アングルン：インドネシアの竹製の打楽器。竹の中をえぐってオクターブに調律した2本の竹筒をぶつけて音をだす。音程は竹筒の長さ・太さによって異なり、ハンドベルのように何人かで分担して音階を奏でる。
開催頻度・回数	月2回 *参加者は2回とも参加可	月2回 *参加者はどちらか1回のみ参加可
開催時間	13:30～15:30 (2時間)	13:30～14:45 (1時間15分*45分短縮) *音楽鑑賞約30分、休憩10分、楽器演奏約35分
定員・平均参加者数	30人	15人
事前予約	なし	あり
舞台と客席の距離等	—	—
会場 (定員)	新井区民活動センター音楽室 (定員30人)	新井区民活動センター音楽室 (定員15人*従来の定員の1/2)
椅子・参加者の間隔・配置	椅子を横並びに配置	・音楽鑑賞時：演奏者と参加者は3m距離を空けて、参加者同士も間隔を空けて一方向を向いて鑑賞。 ・楽器演奏時：8人が横に約1m間隔で並び、2列目に7人が並ぶ。1列目と2列目の間隔は約1m程度 *演奏中に参加者同士が近づく場合は間隔を保つよう運営スタッフが声かけする *全員マスクを着用し、音楽鑑賞、楽器演奏中は話をしないルール
参加者歌唱の有無	あり	なし
使用する機材の取扱	—	楽器の使い回しはしない。使用后消毒
消毒・検温等	—	手指消毒：建物入館時 検温：参加者は自宅で検温し、受付時に報告 椅子の消毒：開始前・開始後
換気	必要に応じて	鑑賞終了後の休憩時間に10分間換気
飲み物	運営者が用意	各自用意
運営スタッフの人数	9人	9人 *各回参加する運営スタッフは4人に減らした
事業の様子		

事業名・主催	なべよこ歌のカフェテリア 【主催：鍋横区民活動センター運営委員会】	
特色	新型コロナウイルス感染症拡大防止対策を施したうえで、休止前と同じ事業を参加人数を半分に減らして再開	
再開または立ち上げ時期	7月から再開	(令和2年3月～6月は休止)

	before	after
事業内容	合唱	合唱（変更なし）
	歌手と伴奏者をお招きし、参加者みんなで一緒に歌う。	歌手と伴奏者をお招きし、参加者みんなで一緒にマスク着用で歌う。
開催頻度・回数	隔月1回	月1回 *各回とも同じプログラムで2部制。参加者はいずれかに参加可
開催時間	13:30～15:30（2時間）	[第1部]13:30～14:10 / [第2部]15:00～15:40（各40分*1時間20分短縮）
定員・平均参加者数	100人程度	30人
事前予約	なし	あり
舞台と客席の距離等	舞台と観客の距離は2m程度	舞台と客席の距離は3m程度で、舞台と客席の間にPETシート（パーティション）を設置して飛沫対策を行っている。*再開当初は歌手がフェイスシールドとマスク着用としたが、苦しいためPETシート設置に変更した
会場	鍋横区民活動センター洋室1号（120㎡）	鍋横区民活動センター洋室1号（120㎡）
椅子・参加者の間隔・配置	椅子を横並びに配置	椅子を横並びで間隔を1.5m以上空けて、前後もずらして並べる *参加者は全員マスク着用
参加者歌唱の有無	あり	あり
使用する機材の取扱	-	マイクは使う人が変わるたびに消毒
消毒・検温等	-	手指消毒：受付時 検温：受付時 椅子の消毒：開始前
換気	休憩時間に適度に	廊下側のドアと一部の窓を常時全開で換気。そのうえで、1曲約5分間歌って、約3分間窓を全開にして換気する。それを繰り返し行う
飲み物	運営者が提供	各自用意
運営スタッフの人数	8人	8人（変更なし）
事業の様子		 透明PETシート

事業名・主催	ZEROキッズ オンラインスクール 【主催：特定非営利活動法人ZEROキッズ】	
特色	子どもたちが歌、ダンス、芝居等の稽古を重ねて、成果をミュージカルとして上演する事業だったが、オンライン（ZOOM）も使って学びと交流の場として再開	
再開または立ち上げ時期	6月から再開	（令和2年4月～5月は休止）

	before	after
事業内容	歌・ダンス等レッスン・公演 子どもたちが歌、ダンス、芝居の稽古を重ねて、本番として劇を上演する事業。施設等での上演を通じて地域交流を行う。	歌・ダンス等レッスン 会場レッスンとオンラインレッスン（ZOOM）を組み合わせて歌・ダンスレッスンを行う事業。施設等での上演は行わない。
開催頻度・回数	週1回	週1回（変更なし）
開催時間	10:00～12:00（2時間）	10:00～12:00（2時間） *ZOOMのみの場合は10:00～11:20（40分短縮）
定員・平均参加者数	子ども13人程度、付き添いの保護者3人程度	子ども10人程度+ZOOM参加3人程度
事前予約	あり	あり
舞台と客席の距離等	公演時の舞台と観客の距離は2m程度	－（公演なし）
会場	広さ70㎡程度の会場を使用	広さ160㎡程度の会場を使用。会場の予約が取れない場合は全員ZOOMのみで開催
椅子・参加者の間隔・配置	人と人とがぶつからない程度の間隔	講師と子どもの距離は3m以上。合唱のときは、子どもは壁に沿って3m以上の間隔を空けて並ぶ
参加者歌唱の有無	あり	全員マスク着用で歌う。*ZOOMの場合はタイムラグがあって合唱ができないので、各自伴奏に合わせて自宅で歌う
使用する機材の取扱	－	－
消毒・検温	なし	手指消毒：受付時 検温：受付時 会場清掃：以前は子どもも行っていたが、現在は子どもたちが入室する前に運営スタッフが消毒とあわせて行う
換気	休憩時間に適度に	30分に1回、10分間換気
飲み物	各自用意	各自用意
運営スタッフの人数	5人（当番保護者2人、運営3人）	3人（運営3人） *当番の保護者の入室なし。ZOOMの操作は慣れれば簡単で増員なしで実施
事業の様子		

<参考> 国、都、区等が作成しているガイドライン

厚生労働省 新しい生活様式

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

劇場劇場、音楽堂等における新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン  
公益社団法人全国公立文化施設協会

[https://www.zenkoubun.jp/info/2020/pdf/0514covid\\_19.pdf](https://www.zenkoubun.jp/info/2020/pdf/0514covid_19.pdf)

東京都 ロードマップ

<https://www.bousai.metro.tokyo.lg.jp/1007942/index.html>

東京都 学校運営ガイドライン

<https://www.metro.tokyo.lg.jp/tosei/hodohappyo/press/2020/05/28/10.html>

<全日本合唱連盟>

合唱活動における新型コロナウイルス感染症拡大防止のガイドライン 第1.1版 2020年9月8日

[https://www.jcanet.or.jp/JCAchorusguideline-ver1\\_1.pdf](https://www.jcanet.or.jp/JCAchorusguideline-ver1_1.pdf)

[https://www.jcanet.or.jp/JCAchorustaisaku-ver1\\_1ss.pdf](https://www.jcanet.or.jp/JCAchorustaisaku-ver1_1ss.pdf)

←汎用版データ

全日本合唱連盟Online Chorus(オンライン合唱ガイド集)

<https://jcafrom1948.wixsite.com/onlinechorus/virtual-choir-guide>

東京都合唱連盟 新型コロナウイルス感染影響下での合唱練習再開ガイドライン

<https://tokyochorus.com/guideline/>

中野区区民公益活動団体向け新型コロナウイルス感染症対策のガイドライン (Ver.1.1)

<https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/172000/d028977.html>

中野区区民活動センター・分室、高齢者会館、ふれあいの家等の集会室について  
区民活動センターの新型コロナウイルス感染症対策

<https://www.city.tokyo-nakano.lg.jp/dept/172000/d012942.html>

2中地地第927号

**新型コロナウイルス感染症対策  
新しい生活様式を取り入れた事業事例集**

うた編 Ver.1.0 令和2年(2020年)10月発行

〒164-8501 東京都中野区中野4-8-1

中野区 地域支えあい推進部 地域活動推進課 公益活動推進係

TEL:03-3228-8093

メール:tiikikatudo@city.tokyo-nakano.lg.jp

ホームページ:<https://www.city.tokyonakano.lg.jp/dept/172000/d028977.html>

※ホームページにて随時更新。最新版をご確認ください。最新版はこちらから↓

