

「みんなの認知症予防ゲーム」 ウィズコロナ時代の 教室運営・リーダー養成講座ガイドライン

2022年夏版

2022年7月24日作成
NPO 法人認知症予防ネット

新型コロナウイルスにより、思うような活動が出来ないまま3年目を迎えてしまいました。変異株により新規感染者の数は全国的に急増していますが、認知症の予防活動は細心の注意を払いながら進めていかなければなりません。

教室運営では、参加者さんの安全を確保し、安心して参加していただける場作りが不可欠です。2020年5月にNPO法人認知症予防ネットとして「新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン」を作成、その後同年11月に修正版ガイドラインを作成しましたが、この度2022年夏版のガイドライン「ウィズコロナ時代の教室運営ガイドライン」を作成しました。

全ての教室やサロン、施設等において忠実な実施をお願いするものではありませんが、目安としていただければ幸いです。拡大が進むコロナ禍の中で、安全に気を配り安心して参加していただけるよう最善を尽くし、楽しくゲームや講座を進めていきましょう。

マスク・換気・手洗い消毒・禁三密

ゲームの前は必要に応じ手指・道具の消毒を！

※マスクはサージカルマスク（医療用マスク）を使いましょう。

※マスクは隙間なく鼻から顎までしっかり覆いましょう。

※湿度60%以上になるよう加湿しましょう（40%以下にならないよう注意）。

※参加者さんや運営主体の方などの同意があれば、ゲームの前は手指・道具消毒を行い、従来の形でゲームを進めましょう。

※エアコン使用中も窓を開閉し、十分に換気をしましょう。

1. ゲームの開始前に

(1) 会場・ゲーム道具の準備について

- スタッフは全員検温しましょう。(体温計、アルコール綿)
- 自身の手指消毒後、テーブルや椅子、使用する部屋やトイレのドアノブの消毒を済ませましょう。
- 当日使用するゲーム道具は、もれなく消毒します。
- 椅子は、間隔を空けて座っていただくために、何時もより多く用意し、一つおきに使用しましょう。
- リーダー・スタッフは(サージカル)マスクを使用しましょう。
- 参加者さんが鼻から顎まで覆うようにマスクを着用しているか確認しましょう。
- 参加者さんの名前・住所・電話番号などを把握しておきましょう。
(施設においてはこの限りではありません)
- 日時を入れた参加者名簿を作成するようにしましょう。

(2) 参加者さんに関して

- 入り口にアルコール消毒剤を用意し、手指消毒をしていただきましょう。
- 不織布マスクを鼻から顎まで覆うように使用していただきましょう。
- 検温をしていただき、体調をお伺いしましょう。(体温計、アルコール綿)

2. ゲームでは

- 円形に椅子を設置する場合、参加者さんには距離をとって座っていただきましょう。
- 座学式にテーブルや机を使用される時、前後のテーブルの間隔を広く取るか、一つおきに座っていただきましょう。
- 久しぶりに再会した場合は、以前のようにいきなり時間いっぱいを実施せず、時間短縮するなどして、無理のない範囲で行っていただきましょう。
- 開催中は窓やドアを少し開けておきましょう。
- 開催中は30分おきに1度、窓や戸を全開し、5~10分くらい換気をしましょう。
- ゲーム中の参加者さんの水分補給は、水筒やペットボトルなど持参していただきましょう。
- 施設等に訪問してゲームを行う時は、施設の事前の打ち合わせを行い、施設の方針に従ってゲームを楽しんでいただきましょう。
- マスクを外すのは、水分補給の時だけにしましょう。

<ゲームその1>

- お隣との間隔を取って椅子を配置するか、或いは椅子の一つおきに座りましょう。
- 適宜、水分補給をしていただきましょう(マスク使用で熱がこもります)。
- マスクを外すのは、水分補給の時だけにしましょう。

<ゲームその2>

- お隣との間隔を取って座っていただきますよう。
 - 「リズム 2 拍子・3 拍子・4 拍子」では、スキンシップは避け、隣の空いた椅子席にどなたかが座っていらっしゃると思って座席をタッチするなど、工夫しましょう。
 - ※参加者さんや運営主体の方などの同意があれば、ゲームの前は手指・道具消毒を行い、従来の形でゲームを進めましょう。
 - 適宜、水分補給をしていただきますよう（マスク使用で熱がこもります）。
-
- 「ドジョウさん」は、治療薬が開発され使用できるようになるまで止めておきましょう。
 - ※参加者さんや運営主体の方などの同意があれば、ゲームの前は手指・道具消毒を行い、従来の形でゲームを進めましょう。
 - 適宜、水分補給をしていただきますよう（マスク使用で熱がこもります）。

<ゲームその3>

- 「ことば集め」「手作りビンゴ」で、二人で行ったりグループで行ったりする場合は、対面にならないよう、横並びで行いましょう。
 - 「広告パズル」は、前後左右の間隔を取って座りましょう。広告をお隣さんと交換はしないで、裏と表で2回行って楽しむなどの工夫をしましょう。
 - ※参加者さんや運営主体の方などの同意があれば、ゲームの前は手指・道具消毒を行い、従来の形でゲームを進めましょう。
-
- 「追っかけ将棋」は、治療薬が開発され使用できるようになるまで止めておきましょう（ウィズコロナ追っかけ将棋の方法なら可能です）。
 - ※参加者さんや運営主体の方などの同意があれば、ゲームの前は手指・道具消毒を行い、従来の形でゲームを進めましょう。
-
- 適宜、水分補給をしていただきますよう（マスク使用で熱がこもります）。
 - マスクを外すのは、水分補給の時だけにしましょう。

<ゲームその4>

- 「二種類の太鼓の合奏」「風船バレー」では、隣の方との間隔を十分に取りますよう。
- 「ビーチボールサッカー」「シート玉入れ」「じゃんけんリボン（ウィズコロナじゃんけんリボンなら可能です）」は、治療薬が開発され使用できるようになるまで止めておきましょう。
- ※参加者さんや運営主体の方などの同意があれば、ゲームの前は手指・道具消毒を行い、従来の形でゲームを進めましょう。
- 適宜、水分補給をしていただきますよう（マスク使用で熱がこもります）。
- マスクを外すのは、水分補給の時だけにしましょう。

3. ゲームの終わりには

- 茶話会（飲食）はやめましょう。
- ゲームが終わったら、消毒または手洗いをしていただきましょう。
- テーブル、会場なども消毒しましょう。
- 夢の旅行の確認やミーティングでは、距離をとって座っていただきましょう。
- 教室の出入り口や窓を全開し換気をしましょう。
- 教室の出口でお見送りする際は距離を取り、ハグや握手はしないようにしましょう。

4. リーダー養成講座を行う時

- 会場の広さと募集人数が大事です。一人当たりのスペースを十分確保できる会場にし、机や椅子等の備品も余裕のある数にします。
- 講師は（サージカル）マスク着用。受講生も（サージカル）マスク必携にしてください。
- 講師は、マスク着用で長時間話し続けるので、熱中症に気を付けましょう。
- 体温計、アルコール綿、消毒液を用意します。
- 使用するゲーム道具は、事前に消毒しておきましょう。
- 水分補給は各自でペットボトルなどを用意していただきましょう。
- 開催中はドアや窓を少し開けておきましょう。
- 30分に一度、ドアや窓を全開し換気をしましょう。
- 治療薬が開発され使用できるようになるまでは、「ドジョウさん」「追っかけ将棋」「シート玉入れ」「じゃんけんリボン」は、行わないことを確認しましょう。※ウィズコロナ用に工夫されたゲームはこの限りではありません。
- テキストを使用し、丁寧に講義・説明しましょう。
- 終講後、リーダーが活動を始める際には、感染症対策を行い、安全に安心して行っていただける配慮について伝えましょう。
- 今までと違う状況下であっても、認知症の先送りや引き戻しの期待効果に沿ったゲーム進行を常に考えて、受講生にお伝えしていくことが大切です。

以上