

2021年12月1日

「リラクゼーションスペース(店舗)における COVID-19 対応ガイドライン 4.0」改定表

一般社団法人日本リラクゼーション業協会

リラクゼーションスペース(店舗)における COVID-19 対応ガイドライン 4.0 における 3.0 からの修正点は以下のとおりです。なお、修正・加筆に伴う通し番号等の変更は割愛しています。

修正前	修正後
<p><表紙> リラクゼーションスペース（店舗）における 新型コロナウイルス感染症（COVID-19） 対応ガイドライン 3.0</p>	<p><表紙> 【修正】 リラクゼーションスペース（店舗）における 新型コロナウイルス感染症（COVID-19） 対応ガイドライン 4.0</p>
<p><表紙> 2020年3月6日発令（2020年5月25日改定）</p>	<p><表紙> 【修正】 2020年3月6日策定（2021年11月15日改定）</p>
<p><2ページ> ガイドラインについては、営業の再開を図る際に求められる対応をお願いすることを目的として4月10日に発表し、5月29日に ver.2.0 として改訂いたしました。 そして現在、第3波という感染拡大の新たなフェーズが到来しており、内閣官房からの『5つの場面』等の情報も更新されていることから、この度、換気ならびにアプリ等の利用促進も含め、ver.3.0 として改訂いたしました。</p>	<p><2ページ> 【修正】 ガイドラインについては、営業の再開を図る際に求められる対応をお願いすることを目的として4月10日に発表し、5月29日に ver.2.0、令和3年2月19日に ver.3.0 として改訂いたしました。 そして現在、デルタ株等の変異株の拡大も踏まえ、この度、ver.4.0 に改訂いたしました。</p>
<p><3ページ> また集団感染が生じた場の共通点を踏まえると、特に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(互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる)という3つの条件(以下「三つの密」という。)のある場では、感染を拡大させるリスクが高いと考えられる、とされている。 以上を踏まえてリラクゼーションスペース(店舗)における感染リスクは以下の通りと考えられる。</p>	<p><3ページ> 【加筆】 また集団感染が生じた場の共通点を踏まえると、特に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(互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる)という3つの条件(以下「三つの密」という。)のある場では、感染を拡大させるリスクが高いと考えられる、とされており、三密(密集・密閉・密接)のいずれかに該当する場面では、一定の感染リスクが避けられないことから、密集・密閉・密接のいずれも避けるよう日頃から徹底する必要がある。</p>

デルタ株等の変異株の拡大も踏まえ、接触感染・飛沫感染・マイクロ飛沫感染の経路に応じた感染防止策を講じることも必要である。(オフィス、休憩室等はもとより車輦内部や共同生活空間等、特に密になりやすい空間の共用を極力避けるか、やむを得ない場合、換気徹底、パーティション設置、マスク常時着用、会話を控える等の工夫。)

特に、以下のとおり、感染が高まる「5つの場面」に関する十分な留意をすべきものとされている。

感染が高まる「5つの場面」

【場面1】飲酒を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に敷居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用は感染のリスクを高める。

【場面2】大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事に比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。

【場面3】マスクなしでの会話

- マスクなしに近距離で会話をすることで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必

	<p>要。</p> <p>【場面4】狭い空間での共同生活</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。 ■ 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。 <p>【場面5】居場所の切り替わり</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることがある。 ■ 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。 <p>以上を踏まえて、リラクゼーションスペース（店舗）における感染リスクは以下の通りと考えられる。</p>
<p>< 3 ページ ></p> <p>① 密閉空間</p> <ul style="list-style-type: none"> ● スペース（店舗）内は施術スペース、待合室、休憩スペースも含め原則密閉空間である。エアコンは、空気の温度は変化させるが同じ空気が循環していることを踏まえ、窓やドアの開放など（1時間に5～10分程度）でこまめな換気に努めること。 	<p>< 4 ページ > 【修正】</p> <p>① 密閉空間</p> <ul style="list-style-type: none"> ● スペース（店舗）内は施術スペース、待合室、休憩スペースも含め原則密閉空間である。エアコンは、空気の温度は変化させるが同じ空気が循環していることを踏まえ、窓やドアの開放など（1時間に2回以上、かつ、1回に5分間以上）でこまめな換気に努めること。
<p>< 3 ページ ></p> <ul style="list-style-type: none"> ● 機械換気が設置されていない場合は、2方向に換気・吸気ができる窓やドアを開放し十分な換気を確保すること。 	<p>(削除)</p>
<p>< 4 ページ ></p> <ul style="list-style-type: none"> ● セラピストとお客様の飛沫がお互いに直接接触しない工夫を最大限行うこと。具体的には、施術時にマスクの着用が困難な場合を除き、お客様にも常時マスクの着用を促し、セラピストはマスクに加え眼鏡・ゴーグルやフェイスガードなど器具を使うことも考えられる。 	<p>< 5～6 ページ > 【加筆】</p> <ul style="list-style-type: none"> ● セラピストとお客様の飛沫がお互いに直接接触しない工夫を最大限行うこと。具体的には、デルタ株等の変異株の拡大も踏まえ、施術時にマスクの着用が困難な場合を除き、お客様にも常時正しいマスクの着用を促し、セラピストはマスクに加え眼鏡・ゴーグルやフェイスガードなど器具を使うことも考えられる。

	<p>スガードなど器具を使うことも考えられる。</p> <p>なお、十分なマスク着用の効果を得るためには隙間ができないようにすることが重要であり、感染リスクに応じた、適切なマスク（品質の確かな、できれば不織布）の着用を行う。（マスクの正しい着用については本ガイドライン p.31 参照）</p>
<p>< 6 ページ ></p> <p>対応指針 1： お客様への注意喚起を実施すること。</p> <p>お客様への～</p>	<p>< 7 ページ > 【タイトル追加】</p> <p>対応指針 1： お客様への注意喚起を実施すること。</p> <p>①ホームページ、SNS、店頭掲示、書面配布等での呼びかけ、注意の徹底</p> <p>お客様への～</p>
<p>< 7 ページ ></p> <p>新型コロナウイルス接触確認アプリのインストールの推奨</p> <p>また、携帯電話の使用を控える場面でも、COCOA を機能させるため、電源を on にした上で、マナーモードにすることを推奨してください。</p>	<p>< 8 ページ > 【修正】</p> <p>新型コロナウイルス接触確認アプリのインストールの推奨</p> <p>また、携帯電話の使用を控える場面でも、接触確認アプリ COCOA を機能させるため、可能な限り電源および Bluetooth を ON にした上で、マナーモードにて使用してください。医療機関等で、携帯電話の電源および Bluetooth を ON にすることによる悪影響がある場合には、それを優先してください。</p>
<p>< 10 ページ ></p> <p>対応指針 4： スペース（店舗）内の衛生確保・感染防止策の実施を徹底すること。</p> <p>● スペース（店舗）における手洗い・手指衛生を徹底し、お客様が触れる箇所については、徹底した消毒を行うこと。また、使用する薬品類は所定の場所に保管し、その取り扱いに十分注意すること。希釈して使用するものは、その都度調整し、希釈したものを使い置きしないようにする。</p>	<p>< 11 ページ > 【加筆】</p> <p>対応指針 4： スペース（店舗）内の衛生確保・感染防止策の実施を徹底すること。</p> <p>● スペース（店舗）における手洗い・手指衛生を徹底し、スペース（店舗）内共用部（出入口、休憩室、更衣室、施術スペース）やウイルスが付着した可能性のある場所（トイレ、手すり、テーブル・椅子等）の定期的かつこまめな消毒を徹底する。消毒方法については、例えば厚生労働省 HP の「新型コロナウイルスの消毒・除菌方法について」等を適宜参照する。</p> <p>● また、使用する薬品類は所定の場所に保管し、その取り扱いに十分注意すること。希釈して使用</p>

	<p>するものは、その都度調整し、希釈したものを使い置きしないようにする。</p>
<p><11 ページ></p> <ul style="list-style-type: none"> ・手洗後は、使い捨てのペーパータオルを使用し、使用済みのペーパータオルは、蓋付のゴミ箱に捨てること。(あるいは個人用タオルを準備すること) 	<p><12 ページ> 【加筆】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・手洗いの徹底を呼びかけ、手洗後は、使い捨てのペーパータオルを使用し、使用済みのペーパータオルは、蓋付のゴミ箱に捨てること。(あるいは個人用タオルを準備すること)
<p><11 ページ></p> <p>④ 接客コーナー・ヒアリングコーナー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヒアリング時は、セラピストとお客様の両者がマスクを着用すること。 ・セラピストはマスクの着用に加え眼鏡・ゴーグルやフェイスガードなどの器具を使用するなど工夫すること。 	<p><12 ページ> 【加筆】</p> <p>④ 接客コーナー・ヒアリングコーナー</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ヒアリング時は、感染リスクが高まる「5つの場面」の「場面3 マスクなしでの会話：マスクなしに近距離で会話することで、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる」ことを想定し、セラピストとお客様の両者がマスクを着用すること。 ・セラピストはマスクの正しい着用に加え眼鏡・ゴーグルやフェイスガードなどの器具を使用するなど工夫すること。
<p><12 ページ></p> <p>⑦ セラピスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マスク（無い場合は手ぬぐいや布など）を正しく装着すること。 	<p><13 ページ> 【修正・加筆】</p> <p>⑦ セラピスト</p> <ul style="list-style-type: none"> ・マスクを正しく装着すること。なお、マスクは感染防止を徹底することから不織布マスクなどの飛沫防止性能の高いものを使用することが望ましい。マスクの正しい着用方法については、本ガイドライン p.31 を参照。
<p><12 ページ></p> <p>⑧ リラクゼーションスペース内の換気</p> <ul style="list-style-type: none"> ・施術終了後、または1時間に、5～10分程度窓やドアを開けてスペース全体の空気を入れ換えること。 ・換気の際は、2方向に換気・吸気ができる窓やドアを開放し十分な換気を確保すること。 ・また、空気の流れが滞る場合には換気扇や扇風機を用いた設備を備えていること。 	<p><14 ページ> 【修正】</p> <p>⑧ リラクゼーションスペース内の換気</p> <ul style="list-style-type: none"> ・デルタ株等変異株の拡大を踏まえ、適切な空調設備を活用した常時換気又はこまめな換気（1時間に2回以上、かつ、1回に5分間以上）を徹底すること。 ・乾燥により湿度が下がる場合は、湿度が40%以上になるよう適切な加湿を行うこと。 ・換気に加えて、CO2測定装置の設置と常時モニター（1000ppm以下）の活用を検討すること。（※機械換気の場合。窓開け換気の場合は目安。）なお、CO2測定装置を設置する場合は、室内の複数箇所で測定し、特に換気が不十分となりやすい場所に

	<p>設置すること。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・HEPA フィルター式空気清浄機*やサーキュレーター<small>の補助的活用も可とする。</small> <p>※JIS規格に準じたHEPA フィルターによるろ過式でかつ風量が5 m³/分程度以上の空気清浄機</p> <ul style="list-style-type: none"> ・なお、寒冷な場面の場合であっても、暖気を維持しながら、常時換気又はこまめな換気を徹底すること。その際、換気量を維持しながら、暖気を保つため、こまめに大きく窓開けするのではなく、常時小さく窓開けする等の工夫は可とする。
<p><13 ページ></p> <p>⑨ レジ及び金銭授受</p> <ul style="list-style-type: none"> ・可能な限りキャッシュレス決済を導入すること。 	<p><14 ページ> 【加筆】</p> <p>⑨ レジ及び金銭授受</p> <ul style="list-style-type: none"> ・可能な限り電子マネーやキャッシュレス決済を導入すること。
<p><13 ページ></p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース (なし)</p>	<p><14～15 ページ> 【加筆】</p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース</p> <p>感染リスクが高まる「5つの場面」の「場面5 【場面5】居場所の切り替わり：仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることある」との指摘があることから休憩スペースでも以下の注意を行うこと。</p>
<p><13 ページ></p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一度に休憩する人数を減らし、対人距離を1 m以上（できれば2 m以上）保ち、互い違いに座る等、対面で食事や会話をしないように気を付ける。 	<p><14～15 ページ> 【加筆】</p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース</p> <ul style="list-style-type: none"> ・一度に休憩する人数を減らし、対人距離を顔の正面から1 m以上（できれば2 m以上）保ち、互い違いに座る等、対面で食事や会話をしないようにするか、アクリル板を設置するなど工夫をすること。
<p><13 ページ></p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース (なし)</p>	<p><15 ページ> 【加筆】</p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食事中以外のマスク着用を徹底し、飲食時等でマスクを着用しない場合は、会話を自粛すること。また、マスク着用の場合でも会話は短くすること。
<p><13 ページ></p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース (なし)</p>	<p><15 ページ> 【加筆】</p> <p>⑪ セラピストの休憩スペース</p> <ul style="list-style-type: none"> ・会議を開催する場合は、三密回避はもとより、

	換気と身体的距離の確保、時間を短くすること、マスク着用のそれぞれの徹底、必要最小限での開催など、基本的な感染防止策を徹底するとともに、必要に応じ、オンライン会議等を活用する。
<14 ページ> (なし)	<16 ページ> 【加筆】 ① セラピストに感染が高まる「5つの場面」や「新しい生活様式」等の案内物を活用して、日常生活においても感染を防止するように努めること。(本ガイドライン p.3-4 参照)
<14 ページ> ① セラピスト全員の執務前後の体温チェックを徹底すること。 ・熱がある場合は速やかに医師に相談し、医師の指示に従うこと。 ・最低限出勤時と退勤時に体温と体調をチェックし、その結果を記録し上長が確認する手順を徹底する。	<16 ページ> 【加筆】 ② セラピスト全員の執務前後の体温チェックを徹底すること。 ・最低限出勤時と退勤時に体温と体調をチェックし、その結果を記録し上長が確認する手順を徹底する。 ・平熱を超える発熱や風邪様症状がある場合には、その従業員の出勤自粛を図り、受診・相談センターやかかりつけ医などに適切に相談する。
<15 ページ> ・携帯電話の使用を控える場面では、COCOA を機能させるため、電源を on にした上で、マナーモードにすることを推奨する。	<18 ページ> 【修正】 ・携帯電話の使用を控える場面でも、 接触確認アプリ COCOA を機能させるため、 可能な限り電源および Bluetooth を ON にした上で、マナーモードにて使用してください。医療機関等で、携帯電話の電源および Bluetooth を ON にすることによる悪影響がある場合には、それを優先してください。
<15 ページ> (なし)	<17 ページ> 【加筆】 ⑥ 職場における検査の更なる活用・徹底を図る ・普段から、健康観察アプリなどを活用し、毎日の健康状態を把握する。 ・体調が悪い場合には出勤せず、自宅療養する社内ルールを徹底する。 ・出勤後に少しでも体調が悪い従業員が見出された場合や従業員が発熱など軽度の体調不良を訴えた場合、その従業員に対し、抗原簡易キットを活用して検査を実施する。 ・抗原簡易キットでの検査結果が陽性であった場

	<p>合、保健所の上承を得た上で、「接触者」に対してPCR検査等を速やかに実施する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・抗原簡易キットの購入にあたっては、以下が必要である。 <ul style="list-style-type: none"> i. 連携医療機関を定めること ii. 検体採取に関する注意点等を理解した職員の管理下での自己検体採取をすること iii. 国が承認した抗原簡易キットを用いること ・これら具体的な手順、キットの購入申込先リスト等については、下記URL参照する。 <p>○令和3年6月25日事務連絡「職場における積極的な検査等の実施手順（第2版）について」 https://www.mhlw.go.jp/content/000798697.pdf</p> <p>○令和3年8月13日事務連絡「職場における積極的な検査の促進について」 https://www.mhlw.go.jp/content/000819118.pdf</p> <ul style="list-style-type: none"> ・また、寮などで集団生活を行っている場合や、従業員同士の距離が近いなど密になりやすい環境（労働集約的環境）、一般的な感染防止措置を行うことが困難な場合など、クラスター発生の危険性が高い職場環境では、定期的なPCR検査の活用も有用であるので、導入を積極的に検討する。 ・ワクチン接種について厚生労働省HPの「新型コロナワクチンについて」等を参照する。
<p><21 ページ></p> <p>(5)スペース（店舗）における新型コロナウイルス感染症拡大防止チェックリスト</p> <p>1 時間に 5～10 分程度の換気を徹底している</p>	<p><24 ページ> 【修正】</p> <p>(5)スペース（店舗）における新型コロナウイルス感染症拡大防止チェックリスト</p> <p>1 時間に 5～10 分程度または常時換気を徹底している</p>
<p><21 ページ></p> <p>(5)スペース（店舗）における新型コロナウイルス感染症拡大防止チェックリスト</p> <p>セラピストはマスクを着用して施術を行っている。</p>	<p><24 ページ> 【修正】</p> <p>(5)スペース（店舗）における新型コロナウイルス感染症拡大防止チェックリスト</p> <p>セラピストは正しくマスクを着用して施術を行っている</p>

<22 ページ>

(2)リラクゼーションゼミナールへの対応

セミナー会場運営先であるリクルート社の企業方針（10名以上のセミナー開催中止）並びに受講者の健康を守るために、オンラインでの開催とする。今後の開催スケジュール等は HP へ掲載、会員企業へメールで告知する。

<25 ページ> **【修正】**

(2)リラクゼーションゼミナールへの対応

受講者の健康を守るために、オンラインでの開催とする。今後の開催スケジュール等は HP へ掲載、会員企業へメールで告知する。