

# 音楽健康セッション 実施ガイドライン

一般社団法人日本音楽健康協会では、音楽健康指導士が新しい生活様式に沿った**安心・安全**な音楽健康セッションを実施するうえでのガイドラインを策定しました。

## ～ 基本対策：3密を徹底排除 ～

### 密集

- 参加人数の制限
- 両手を広げて前後左右に手が触れない距離での定員設定

### 密接

- 対面での会話を避ける
- 参加者が声を出すときは向かい合わず、同一方向で距離をとる

### 密閉

- 換気の徹底
- ドアや窓を常時もしくは30分に1回開放する



[解説動画はこちら](#)

## 事前準備

設備・備品の消毒	ドアノブや椅子、備品等、手が触れるものは事前に消毒をする
健康チェックと手洗い	講師・参加者は、事前の検温と手洗い及び手指の消毒を行う
参加者の把握	万一の場合の連絡と感染経路追尾のため参加者の情報を把握
飛沫防止	講師・参加者は、マスクもしくはフェイスシールドを着用

## 音楽健康セッション実施中

適切なプログラム選択	マスクによる安全上のリスクを考慮した内容のプログラムを行う 手をつないだり体に触れるプログラムは行わない
参加者の状態確認	マスクによる呼吸の乱れや顔色の状態を通常より頻繁に確認する 状態が芳しくない参加者は別室や屋外でマスクを外し休憩させる
休憩中の観察・指導	講師は休憩中も3密が発生しないよう観察・指導を行う
マイク使用の制限	マイクの使用は講師のみに制限する
部外者の入室制限	関係者以外の入室を制限する

## 実施後

設備・備品の消毒	使用した設備・備品の消毒を行う
----------	-----------------

