

知床山考舎 COVID-19対策ガイドライン

2019年12月より世界中で感染が拡大している新型コロナウイルス感染症に対応した登山とそのガイドリングのスタイルについてガイドラインを定め運用する。

本ガイドラインは、登山活動の自粛要請や地域間の移動の制限要請が段階的にでも緩和された状態である公益社団法人 日本山岳ガイド協会（以下、「JMGA」。）の業務再開ガイドライン(2020.6.6)によるSTEP 3以降、北海道の基本方針（2020.5.29発表）ならSTEP 2以降を想定したものであり、ガイド活動ができる状況下での最も対策が強化されるべき段階を想定し作成されている。JMGAや行政により設定される指針やロードマップに応じて、内容の強化・軽減を行なっていく。

本ガイドラインは知床山考舎のガイドプランのために定めたものである。旅行代理店等との契約によるガイド業務の場合は発注元のガイドライン等も順守することとする。

1. 登山計画

1. withコロナの登山様式と健康の確認

1. ガイドもクライアントも健康状態の確認をします。
 1. 健康診断により基礎疾患の掌握しておくことを推奨します。

2. 体調管理

1. 2週間前からの体調管理します。
 1. 体温を記録します。
 2. *COVID-19の代表的症状の有無の確認。
 1. 発熱
 2. 咳
 3. 倦怠感
 4. 味覚・嗅覚障害
 5. 息切れ

3. COVID-19の元での登山スタイルへの理解を求めていきます。

1. 健康に関するチェックシートを記載してもらいます。
2. **ハイリスクグループに属するクライアントへの説明をします。

4. 活動予定地の調査

1. 予定地の状況を把握します。
2. 入山規制の状況を把握します。
3. 利用制限の状況を把握します。

4. 混雑具合の予測をします。
2. 契約・支払い・キャンセルポリシー
 1. 契約
 1. 接触感染を避けるため書面はできるだけ避けます。
 2. メールやオンラインでの契約ができるように整備していきます。
 3. 参加にあたってはクライアントは家族の同意を得て、登山計画書はシェアしてください。
 2. 支払い
 1. 接触感染を避けるため現金の受け渡しは避けるようにします。
 2. オンライン決済や銀行振込ができるよう整備していきます。
 3. キャンセルポリシー
 1. 現行のキャンセルポリシーを変更実施中です。
2. 装備
 1. 登山ギア
 1. ギアの貸し借りによる接触感染のリスクを低減するためギアはあらかじめ各自で用意してください。
 2. ギアをレンタルする場合は入山前に受け渡しし、行動中の貸し借りなどは行わないこととします。
 2. 食料・水分
 1. 食料
 1. 受け渡しによる接触感染予防のため、各自で用意してください。
 2. 水分
 1. 感染防御のための洗浄のため、従来より余分に携帯する必要があります。
 3. 個人防護具（クライアント・ガイドがそれぞれ装備します）
 1. マスク 一人当たり1-4枚（計画日数や季節により調整：JMGA推奨は3-4枚）
 2. ネックゲイター、バフ、ハンドタオル、スカーフなど、マスクやフェイスガードとして用いることができるものを各自1つ用意
 3. アイウェア メガネやサングラスなど
 1. 飛沫による感染防御のため、昼夜問わずアイウェアの着用を推奨します。
 2. フェイスシールドは推奨しません。曇りやすく視界が悪くなかったり脇がゆがんで見えるほか、屋外では風に煽られるなど転

倒のリスク高いためです。

4. 使い捨て手袋 各自1-5セット ゴム、プラスチック製（計画日数や季節により調整：JMGA推奨は4-5セット）
 5. 除菌シート 各自適量
 6. アルコールジェル
 1. エタノール60%以上のものとしてください（以下の場合1分以上の十分な接触時間がなければウイルスの不活化が期待できないため）。
 7. ゴミ袋
 1. ゴミは感染防止のため各自管理してください。
 2. 袋はジップロック形式の密閉できるものを推奨します。スーパーの水濡れ袋やレジ袋は破けや穴、騒音が発生するため厳禁です。
 3. 体液のついたゴミは感染防止のため安全に処分できる場所まで自己搬出していただきます。山小屋や公共交通機関では感染拡大防止のため投棄してはいけません。
 8. 体温計（宿泊を伴う場合）
4. ガイドのファーストエイドキット（従来のFAKに加えて以下を追加）
 1. マスクの予備（3-4枚）
 2. 使い捨て手袋（4-5セット。アクセスしやすいこと）
 3. 電子体温計（使用毎に清拭）
 4. 除菌シート（体温計の除染など）
 5. 経口補水液の予備追加
 6. アルコールジェルの予備
3. 移動時の注意点
 1. 「新北海道スタイル」など街中でのソーシャルディスタンスに準じて行動します。
 2. 公共交通機関利用時
 1. 換気やマスクの装着、手指の消毒や手洗いなどの感染防御を徹底してください。
 3. ガイド車両利用時
 1. 公共交通機関利用時と同様にしてください。
 2. ガイドは車内の換気、席順などに配慮します。
 3. ガイドは車両内の接触部分の清掃除菌の実施します。
 4. 集合と解散
 1. 登山口などでの現地集合、現地解散を基本とします。

5. 移動途中の留意

1. 買い物やトイレ休憩など立ち寄り是最小限とします。
2. マスク着用や手指の消毒など感染防御を徹底することとします。

4. 出発前の点検

1. 健康チェック（申し込み時の確認チェック表とも突合）

1. COVID-19の代表的症状があれば参加不可

1. 体温---発熱（37.5度以上）
2. 咳・咽頭痛
3. 倦怠感・頭痛
4. 味覚・嗅覚障害
5. 息切れ

2. 装備チェック

1. 登山ギア
2. 食料・水分
3. 個人防護具

3. 混雑具合の把握

1. 駐車状況、入林届けの記載状況などから判断します。
2. 休憩ポイント、山頂、登山道のボトルネックポイントの通過、到着時間の推測をします。
3. 混雑が予測される場合は入山時間の変更や、コース変更なども検討します。

5. 行動中

1. 歩行中の距離

1. 前後左右の間隔を1.5-2m程度をとることが望ましい

1. 登山中は息が荒くなりエアロゾルが拡散されたり、身体の後ろにスリップストリームができてエアロゾルが停滞するなどしますが、通常の野外であれば風などで拡散されるので適度な間隔をとることで影響を受けることは少ないと考えられます。
2. 無風や狭い空間の場合はさらに距離をとったりマスクを着用するなどして防護します。

2. 個人防護具の携帯と着用

1. マスク等

1. マスク等は通常の歩行時の着用は不要ですが、すぐに装着できるよう携帯してください。
2. マスク等の装着により熱中症、呼吸器への負荷増大のリスクがあります

3. マスク等の装着により動物の体臭や糞、腐敗臭など危険を察知することができない場合があるためガイドは常時装着はしません。
4. 休憩場所やボトルネックとなる場所で対人距離が確保できない場合は装着していただきます。
5. 傷病者やその疑いがある方と接触したり近接で待機しなければならない場合は装着していただきます。

2. アイウェア

1. 対人距離の確保できない場合は装着が望ましい。これにはテント内なども対象となります。

3. 手袋

1. 接触感染を予防する目的でクライアントが通常の登山用グローブを装着することは任意とします。
2. 使い捨て手袋、登山用グローブともに装着時は接触感染のリスクに配慮して、顔や食品を不用意に触らないように留意してください。
3. ガイドはバンケットなどで食品を扱う場合は積極的にマスクともに使い捨て手袋を装着します。

1. 行動中の注意点

1. すれ違いなどは対人距離に留意し、個人防護具の装着指示などは距離的、時間的余裕を持ってガイディングします。
2. 登山ギアや食料、水などの貸し借りや受け渡しは接触感染防止のため行わないようにします。記念撮影のためのカメラ等の受け渡しも含みます。
3. 不用意に手で顔を触らないようにします。ハイタッチサーフェス（鎖、ハシゴ、ロープなど）への接触時は適宜消毒することが望ましいとされています。

2. 休憩中の注意点

1. 休憩場所の混雑に留意してタイミングをずらすなど、他のパーティーとの距離的、時間的余裕を持ってガイディングします
2. 対人距離に留意し、個人防護具の装着を適宜行うようにします（「新北海道スタイル」など街中でのソーシャルディスタンスに準じる）。
3. 食事などの前には手洗いが推奨されていますが、山中ではアルコールジェルなどを適時使用してもらいます。山中では水の利用は難しく、また、利尻島を除く北海道の場合は沢水（湧水であっても流路による）はエキノコックス症への警戒が必要なためです。

4. 食料を配布するのに袋を人づてに渡すなどの行為や食事の取り分けは接触感染の危険性がありますので行うべきではありません。必要な場合は使い捨て手袋を装着していただきます。
3. 宿泊時（テント泊・山小屋）
 1. 山小屋については、事前の予約や問い合わせの上で管理者の指示に従います。
 1. 利用時は「北海道スタイル」など街中でのソーシャルディスタンスに準じた感染防御の徹底をします。
 2. テント泊についてはテント指定地などで管理者がいる場合はその指示に従います。
 3. テントは個人単位または家族単位を原則とします。
 4. テント泊での食事の場合、ビュッフェ形式での提供や食器等の共有は行わないようにします。
 4. 下山後の注意点
 1. 既述『3. 移動時の注意点』に同様、「北海道スタイル」など街中でのソーシャルディスタンスに準じて行動しますが、下山時は入浴や飲食店などへの立ち寄りがあることから、それらの施設の感染リスクに留意することが必要です。
 2. 下山後にCOVID-19に特徴的な症状を呈した場合は速やかにガイドに連絡するとともに、医療機関に相談、医師の判断に従うこと。
 3. 登山中に使用した使い捨てのマスクや手袋、除菌シートなどが入ったゴミ袋は、適切に廃棄すること
 4. 登山中に着用した衣類や個人防護具は、洗濯する前までは家族などの洗濯物とは別に管理すること。洗濯時には洗い分ける必要はありません。
 5. 登山ギアは洗浄や除菌シートなどで清拭してください。洗浄などの際はメーカーの説明に従うこと。大抵の化学繊維は次亜塩素酸ナトリウムにより退色、変色、強度の低下、破損が生じるので注意が必要です。

COVID-19対策のための確認事項 別紙様式 covid19_check.pdf



covid19_check.pdf

これは従来から申込書と合わせて提出していただいている「健康状態チェック票」に加えて提出していただくこととします。

○基本的な情報の補足

- *用語の定義
 - 新型コロナウイルス=SARS-Cov-2
 - 新型コロナウイルス感染症=COVID-19
- SARS-Cov-2の伝播様式
 - 飛沫感染が主体で、換気の悪い環境では咳等がなくても感染すると考えられる。
 - よく触れる場所（ハイタッチサーフェイス）からの接触感染が考えられる。
- COVID-19の潜伏期間と感染可能期間
 - 潜伏期間：1-14日間で、暴露から5日程度での発症が多いと言われる
 - 感染可能期間：発症2日前から発症後7-14日程度
- COVID-19の症状
 - 発熱、咳や咽頭痛、鼻水、鼻づまり、頭痛、倦怠感などで初期症状はインフルエンザや感冒に似る
 - 味覚や嗅覚に異常を訴えることが多い
 - 下痢や嘔吐などは少ない
- **ハイリスクグループ= COVID-19により重症化するリスクをもつ集団
 - 年齢65歳以上
 - 慢性呼吸器疾患、中等度-重症の気管支喘息、重篤な心疾患、免疫不全患者（がん、喫煙、骨髄移植、臓器移植、HIV感染症、ステロイド等の免疫抑制薬の長期使用）
 - 重度の肥満（BMI40以上）
 - 糖尿病
 - 透析、慢性腎疾患、肝疾患
- SARS-Cov-2治療薬、ワクチン
 - 2020.11月現在、開発中
 - 対処療法が主（解熱薬や呼吸補助療法など症状に対する治療）
- COVID-19感染予防策
 - 不要な人との接触を避ける
 - 密閉・密集・密接の3密をできるだけ避ける
 - 小まめな手洗いや手指衛生、咳エチケットの順守
 - マスクの装着
- 各種行動指針（STEP）移行のための判断材料
 - 行政の指針
 - 医療機関・救助機関の状況
 - 登山・交通インフラの体制
 - COVID-19 に対応した新しいガイドスタイルの習熟度とリスクコントロール

ルの状況

○参考資料

- 新型コロナウイルス感染症対策のための業務再開ガイドラインVol.7 :公益社団法人日本山岳ガイド協会 2020.6.6（登録ガイド向け資料につき当社からは非公開）
- 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に関する情報：北海道 2020.5.29以降適時 <http://www.pref.hokkaido.lg.jp/ss/tkk/singatakoronahaien.htm>
- [知床山考舎 COVID-19対策ガイドライン 基礎資料](#)：知床山考舎（内部資料につき非公開）

2020.11.22 Vol.1.21 文言整理と前回以降の科学的知見に基づく対策の変更（マスクの有効性と野外活動時の装着の問題、個人防護具携行数量の変更）

2020.6.11 Vol.1.2 前文追加（ガイドラインが想定する段階、契約時の優先）

2020.6.10 Vol.1.1 項目追加（基本的な情報の補足、参考資料）

2020.6.8 Vol.1.0