

# 新型コロナウィルス、熱中症、衛生等の対策について

## 自立心を育む修行

お寺の生活は不便であり、そして不自由なものですのでご理解ください。

しかし、その中から学ぶことが多く、不自由さから日頃の感謝も生まれ、親の有難みも感じることが出来るでしょう。

何でもしてもらうことに慣れてしまわないように、自己責任が前提の修行となります。

また、子供であっても本人の意思が大切です。

お寺の修行に入りたいという気持ちがあつてこそ受け入れさせていただきますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

## コロナ対策

大切なお子さんを修行のためとはいえお預かりするわけですが、本年のコロナ禍は依然収束に向かってはいないのかもしれません。

飛沫感染と接触感染が主な原因とされており、基本的な感染予防の実施や不要不急の外出の自粛、「3つの密」を避けること等が重要です。

お寺の修行体験も、開催できるか常に様子を見ているところではありますが、2月以降毎月子供の修行体験依頼があり、子供たちの心身の荒廃、生活の乱れによるお悩みで、親御さんからお願ひをされて、毎月宿泊修行を受け入れております。

その際、お寺の修行体験には誓約書があり、ご理解いただいて受け入れておりますので、ご確認の程、よろしくお願ひいたします。

智弘院では厚生労働省が示す「新しい生活様式」を踏まえて、以下の対策につとめます。

- 堂内の換気の徹底
- 堂内の修行者の間隔確保
- マスクの着用
- 消毒液による定期的な清掃
- アルコール消毒液の設置
- 手洗い、手指消毒の徹底
- 毎日の健康管理（朝の検温）
- 3密（密閉・密集・密接）の回避

※当日までに下記事項に該当する方はご遠慮ください

- 新型コロナウィルス感染症陽性者との濃厚接触がある方
  - 同居家族や身近な知人に感染が疑われる場合がある方
  - 過去14日以内に渡航歴のある方
  - 37.5℃以上の発熱や風邪症状等の不調がある方
- 何卒ご理解とご協力の程よろしくお願ひいたします。

宿泊修行では、当然出来るだけの配慮を致しますが、子供が集まっての生活となりますので、目の生き届かないところや、足りないところも多々あるかと存じます。就寝では布団を並べて寝ますし、必ず夜ふざけて、くつついておしゃべりすることでしょう。

本年は特別な年となりそうですので、ご心配なようでしたら来年以降も毎年開催する予定ですので、ご検討くださいませ。

## 熱中症対策

定期的に水分をとります。

のどがかわいていなくても、こまめにとります。スポーツドリンクなどの塩分や糖分を含む飲料も用意しています。

真夏で大量の汗をかくこともあるので、食事を通してほどよく塩分をとります。暑さや日差しにさらされる環境で活動をするときは、こまめな休憩をとり、無理をしないようにしています。

常に気分が悪いかなど体調不良の確認をして、必要とあれば早めに別室で休ませるなどの対処をしています。

睡眠環境は、エアコンや扇風機を適度に使って、寝ている間の熱中症を防ぐと同時に、日々ぐっすりと眠ることで翌日の熱中症を予防しています。

## 食中毒予防

食品衛生責任者の調理師が食事を用意いたします。

よろしくお願ひいたします。

智弘院