

岡谷田中タイガース
新型コロナウイルス感染対策ガイドライン

令和 3 年 2 月 1 日
岡谷田中タイガース

【1】全員共通事項（指導者、保護者も含む）

① 毎朝、体調チェック（体温を測定）を行う。

次の該当する場合は参加をしない。

- ・風邪の症状（咳、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難））。
- ・37.5℃以上の発熱がある場合。
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。
- ・嗅覚や味覚の異常等の症状の場合。

② マスク着用について

a) スポーツ活動以外の際には、できる限りマスクを着用する。

b) マスクを外して活動する場合は、周囲の人との距離 2m 以上空けること。

※マスク未着用時は、咳エチケットの励行。

c) 夏場のマスク着用時の活動は、酸欠や熱中症になる恐れがあるので、吸気が激しくなるような運動を控えさせること。

d) 競技中のマスク着用については、大会規程、選手、審判員の判断とするが、ベンチ内に居る時は、全員がマスク着用することを推奨する。熱中症予防に配慮すること。

※球審はマスク着用することが望ましいが、競技環境を考慮し、選手及び球審のマスク着用の義務付けは行わない。

e) 車で移動する際は、必ず車内はマスクの着用とする。

- ・自宅から集合場所及び解散場所から自宅までの間。
- ・試合や練習などでの移動及び遠征の間。

③ 手洗い・アルコール消毒の徹底

石鹸及びアルコール消毒をチームとして持ち運びし、こまめな手洗い、アルコールによる手指衛生につとめる。

〈1〉集合・解散時及び昼食時の対策

- ・集合、解散時にはアルコールによる消毒を行う。昼食の前は手洗い・アルコールによる消毒を行う。

〈2〉休憩する場合、移動及び遠征する場合の対策 ⇒ 石鹸

- ・30秒以上かけて手洗いをする。最低15秒以上かけて洗うこと。
- ・指先、指の間、手首、爪の間は特に念入りに洗うことが重要です。
- ・必ず各自のタオル（ハンカチ）でよく拭き取り乾かすこと。

- ④ 帰宅したら速やかに手や顔を洗う。できるだけすぐに着替える。
 - ・シャワーを浴びて菌を流す。
- ⑤ 会話をする際は、可能な限り真正面を避けること。
 - ・活動中、それ以外の場面も含め、周囲の人とできるだけ 2m以上の距離を空ける。
 - ・選手が密集・密接する円陣や声出し、整列などは控える。
 - ・競技中（試合中）ベンチ内では、一定間隔を保つよう努力する。
 - ・応援者については、一定の距離を保って観戦及び応援するよう努力する。
 - ・大声での応援なども控えるよう努力する。
- ⑥ 飲食する際は、周囲の人となるべく距離をとって対面を避け、会話は控えめにすること。
- ⑦ タオル、ペットボトル、コップ、などは共有をしない。

【2】活動について

チーム内で感染者が発生した場合は、チームの活動停止し、関係各所に連絡すること。

- ① 人が密にならないように一定間隔をとり活動する。
- ② 体育館や室内にて活動する際は、換気を十分に行って活動する。
- ③ 肌が触れ合うハイタッチや握手などは行わず、各々コミュニケーション方法を模索すること。

【3】移動、遠征、大会参加について

- ① 車での移動・遠征は、密集、密接、密閉となるので、車内は必ずマスクの着用とする。
 - ・自宅から集合場所及び解散場所から自宅までの間。
 - ・試合や練習などでの移動及び遠征。
- ② 車に乗る前・降りた後、車内の除菌をすること。
 - ＊送迎時は各家庭での対策をお願い致します。
- ③ 車での移動・遠征する際は、密集、密接にならないよう乗車人数に配慮すること。
 - ・車に複数人で乗るのであれば、なるべく距離をとる、マスクをする、換気をする。
- ④ 試合前後5日以内に感染が流行している地域に行った選手または関係者は大会へ参加しない。