

練習時等における新型コロナウイルス感染防止対策

1 健康チェック表等の記録

(1) 健康チェック表

子供達、保護者及び体育館に来るすべての関係者、指導者は、毎日の体温、健康状態を『健康チェック表』に記録します。最低1日1回体温測定を行い、練習のない日についても記録を行うようにします。練習参加時、子供達及び指導者は、当番等の保護者に提出して健康状態を確認してもらいます。

(2) 行動記録表 【任意】

各自の行動について『行動記録表』に記録しておきましょう。もし、新型コロナウイルスで感染者として陽性と判定された場合、保健所から感染経路の特定のため発症前後の行動を確認されます。『行動記録表』に記録しておくことによって、対応することができます。団として行動記録を把握するものではありません。あくまでも各自の記憶メモとして作成してください。そのため、作成は任意であり、内容も必要に応じて記録してください。団への提出も不要です。

★ 『健康チェック表』及び『行動記録表』は、新型コロナウイルスが陽性と判定された場合に保健所から依頼される様式に沿った内容で作成してありますので、問合せ等による対応が可能です。

★ 市から配付された「新しい生活様式」では、発症した場合に備えて、行動記録をメモしておくように例示されています。

2 練習参加における留意事項

(1) 感染防止対策として準備するもの

ア マスク（マスクの予備も持参）

家と練習会場間の移動時にもマスクを着用します。

イ 個人用の洗浄液、除菌ティッシュ、薬用石鹸等 【任意】

洗浄、除菌製品は団で用意しますので、特段、用意する必要はありませんが、手の荒れ等を考慮する場合は、各自で用意してください。

ウ 水分補給飲料

熱中症対策のため、多めに用意してください。

エ バasketボール

共用で使用するものをできるだけ減らすため、可能な限り自分のボールを準備してください。また、ボールを除菌スプレー等で拭くなど、適宜、対応をお願いします。なお、ボールを用意できないときは、団のボールを除菌スプレー等で除菌して使用します。

オ 健康チェック表

カ 靴を入れる袋（レジ袋等）

靴の履き替え等による混雑を避けるため、下駄箱には入れず外靴を袋に入れて、自分の荷物と一緒に置いてください。

キ ビニール袋又は布

マスクを外した場合に、マスクを置いておくためのものです。

ク 着替え【任意】

練習に来るときには、体育館に入った時に、そのまま動ける格好で来てください。帰る時には着替えをしないで、車の中で着替えてください。もし、練習中に大量の汗をかくなど着替えをしたい場合は、ステージの奥等で着替えてください。（女子）

（2）練習参加の判断について

各状況における練習参加への対応については、以下のとおりとします。

①練習への参加を禁止する場合

	状 況	禁止措置等
ア	体温が 37.5℃以上ある場合	発熱時及び解熱してから 1 週間の練習禁止
イ	体温が 37.3℃以上ある場合	当日の練習禁止
ウ	せき、咽頭痛、嘔吐・下痢の症状がある場合	当日の練習禁止
エ	嗅覚、味覚異常がある場合	発症から症状改善後、1 週間の練習禁止
オ	新型コロナウイルスに感染した場合	陰性となり病院等から指示された待機期間終了まで練習禁止
カ	濃厚接触者となった場合	保健所等で自宅待機を指示された期間まで練習禁止
キ	学校で出席停止になっている場合	学校による出席停止期間中は練習禁止

※ 現在、新型コロナウイルスの感染確認の検査が自由にできる状態ではありません。

ア～エについては、検査による確認ができていない場合、カ、キについては、陽性判定後の対応です。したがって、ア～ウで検査をすることができて陰性となった場合は、従来どおり保護者の判断で参加させてください。

②練習への参加を自主的に判断していただく場合

以下の場合、保護者の判断で自主的に参加を決めてください。

ア 体温が 37.3℃未満でも、平熱より体温が高く、体調に不安があると感じられる場合

※体調が悪い状態で運動することは、免疫力が落ちることを考慮して判断してください。

イ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。

ウ 過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合。

3 練習時における感染対策について

(1) 練習前

① 体育館における共用部分の除菌

当番等の保護者は、体育館の鍵を開錠したあと、ドア、窓、トイレのドアノブ等、手で触りそうな共用部分について、除菌スプレー等で消毒します。

② 手の消毒 ※R2. 6. 19 変更 手の洗淨から体育館への入り方変更

体育館に入る前に、アルコール消毒液等で手指を消毒します。

③ 体温測定及び健康チェック

子供達及び指導者は、体温測定及び『健康チェック表』により健康チェックを行います。なお、保護者が体育館に入る場合には、体温測定のみ行います。

保護者は体調を自己管理し、体調が悪い場合は入らないようにします。

ア 手指の洗淨後、当番等の保護者が非接触式温度計により、おでこで体温を測定します。

イ 測定結果が 37.0℃～37.2℃であった場合、通常の体温計で再度、体温測定を行います。

★ 非接触式温度計は、おでこの表面温度を捉えるため、低くなる傾向があると思われれます。そのため、測定結果が 37.0℃～37.2℃の場合は、一般の体温計で再度、測り直します。

ウ 体温の測定結果が 37.3℃以上ある場合、37.2℃以下でも体調に不安がある場合、そのほか『健康チェック表』にて「嗅覚・味覚異常」、「せき」、「嘔吐・下痢」、「呼吸困難」、「倦怠感」の症状がある場合は、保護者と連絡を取り、迎えに来ていただきます。

★ 「せき」、「嘔吐・下痢」については、新型コロナウイルスだけでなく他の病気での飛沫感染、「嗅覚・味覚異常」、「呼吸困難」、「倦怠感」については、万が一を考えての想定です。各家庭において、体調が悪い場合は、積極的に練習を休んでしっかりと体調管理をすることについて、日頃から子供と確認しておいて下さい。

④ 体育館へ入る時の流れ

健康状態に問題がない場合は、体育館東側の通路を通り、体育館東側ドアから体育館に入ります。外靴は靴の履き替えによる混雑を避けるため、下駄箱には入れず、レジ袋等に靴を入れ、自分の荷物と一緒に持って体育館へ入ります。

バスケットシューズは、体育館の中の荷物置場で履きます。

ア 体育館への入場口

◎女子

東側入口のステージ側

◎男子

東側入口の下駄箱横側

イ 荷物の置き場所

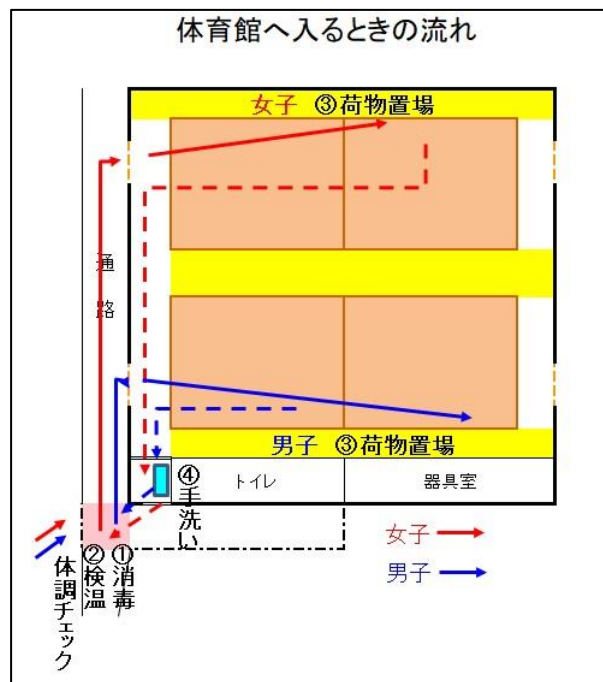
荷物は体育館に入った順番でコート奥から、サイドライン外側に沿って置きます。そのときには、お互いの間隔を空けて置きます。

◎女子

南側コート（ステージ側）

◎男子

北側コート（器具室側）



⑤手の洗浄

トイレ前の水道で、ハンドソープ等で20秒程度、手指を洗浄後、泡を水でよく洗い流し、ペーパータオルで手を拭きます。洗浄後、正面玄関から出て、東側通路を通過して、東側入口から体育館内に入ります。

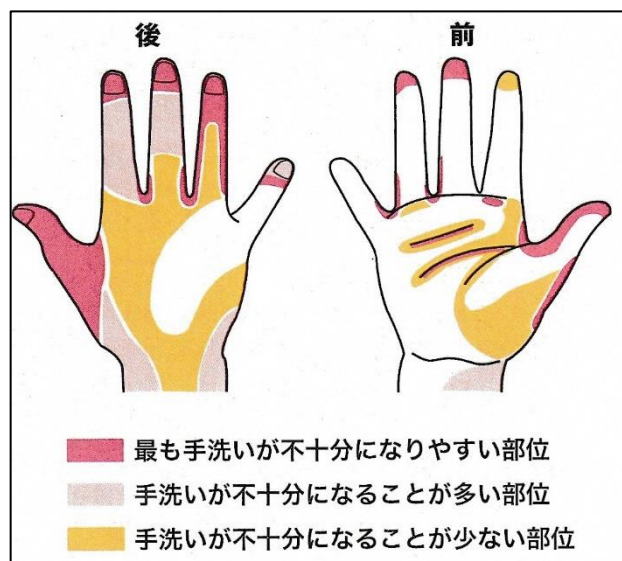
- ★ 20秒程度 「ハッピーバースデイトゥーユー」を2回歌うぐらい
- ★ 手洗い場では、密にならないよう人と人との間隔（2m程度。手を広げてぶつからない距離）を開けるように努めてください。

※ ハンドソープやアルコール等で手が荒れやすい場合は無理して使用せず、流水でしっかり手を洗ってください。

■手洗いについて

専門家の話によると、感染予防対策で一番大切なのはこまめな手洗いだといわれています。手についているウイルスをしっかりと流すことです。アルコール手指消毒は、手洗いに加えて効果を高めるもので、しっかりとした手洗いが一番重要です。

特に左の図の部位が洗い残しになりやすいので、洗い残しがないようにしっかりと手を洗ってください。また、石鹸もよく洗い流してください。



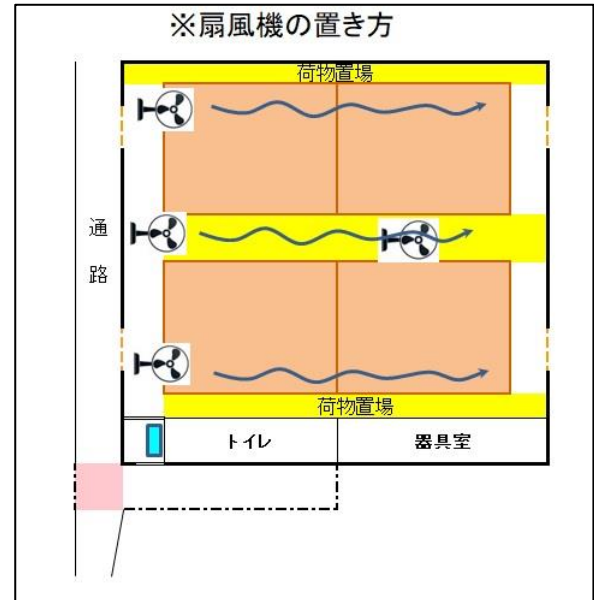
- ★ ハンドソープ、ペーパータオル、アルコール消毒液は団で用意します。
- ★ アルコール消毒液は、可能な限りジェルタイプのものでアルコール濃度が 70～80%のものを用意します。

（2）練習中

①換気 ※R2.6.19 扇風機の置き方変更

すべての窓を開け、換気に心掛けます。窓を開けるときには、反対側（東側と西側）を、風が対流できるように同じ方向の窓を開けないようにします。また、団の扇風機を使用して、すべての扇風機を一定の方向（当日の風向きに合わせて西側から東側など）に向けて回し続けるようにします。

※ 風を一定の方向に流すために、扇風機を四隅に置かないようにしてください。



②マスクの着用

子供達の練習中におけるマスクの着用については、熱中症の危険性が高まることから、次の場合を除き、任意とします。なお、指導者はマスク及びフェイスシールドの着用、保護者等の大人はマスクの着用を原則としますが、熱中症には十分注意し、体調が悪い場合は、適宜、外してください。

マスクを外すときには、ゴムやひもをつまんで外し、手指にウイルス等が付着しないよう、マスクの表面にはなるべく触れず、内側を折りたたんでビニールや布等に置くなどして清潔に保ちます。

◎マスクを必ず着用するとき

- ・体育館への入場、退出するとき
- ・休憩しているとき
- ・トイレに行くとき
- ・諸連絡等で比較的近い距離に集まらなければならないとき
- ・お互いに話をするとき
- ・着替えるとき

★ 練習時におけるマスク着用についての判断

以下の理由から、熱中症の危険性が高い場合は、感染リスクより熱中症のリスクの方がはるかに高いため、活動中のマスクの着用は任意とします。保護者と子供の間で確認しておいてください。

ア 「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル」及び「学校の体育の授業におけるマスク着用の必要性について」によれば、熱中症など運動時のマスク着用による身体へのリスクを考慮して、体育の授業や運動部活動時のマスクの着用は必要ないとされており、また、体育館で行う場合は、換気、子供同士の距離、消毒等、激しくない運動を行うこととされていること。

イ マスクによる加湿で口の渇きを感じにくくなるため、熱中症に気づくのが遅くなり、マスクなしで過ごしていた時よりも熱中症になるリスクは高まると考えられていること。

ウ 市内では、現在、市中感染がない状況であると考えられること。

エ 練習参加者が限定されており、不特定多数のものとの接触がないこと。

オ 静岡県スポーツ少年団では、マスクを着用してスポーツを行った場合は、人体に影響を及ぼす可能性があるとしてされていること。

③声出しや話をするときの距離

ア 円陣を組んでの声出しはしないようにします。

イ 必要な時以外は大きな声を出さないようにします。話をできるだけ控え、話をするときにはお互いに距離（2 m程度）を取り、近くで話をしなければならぬ場合は、向かい合って話をしないようにします。

④練習内容

ア ランニング・体操・アップ等は、準備が整い次第、各自で行います。ランニングをするときにもお互いに距離（2 m程度）を保って行います。

イ 1対1等の対面した接触のある練習は当分の間、実施しません。個人スキルを中心に練習を行います。

⑤トイレ使用時の対応

トイレを使用するときには、密にならないように注意してください。トイレ使用後の手洗い、消毒の流れを次の図のようにし、流れを一方通行とします。

ア トイレに入る時には、バスケットシューズを脱がず、団で用意したオーバーシューズスリッパを履いてトイレに入ります。

※ オーバーシューズスリッパは、市民体育館にあるようなシューズを履いたまま履くことができる大きなスリッパです。シューズを脱ぐときには共用部分に触れることが多くなるため、共用部分に触れることを減らす目的で使用します。

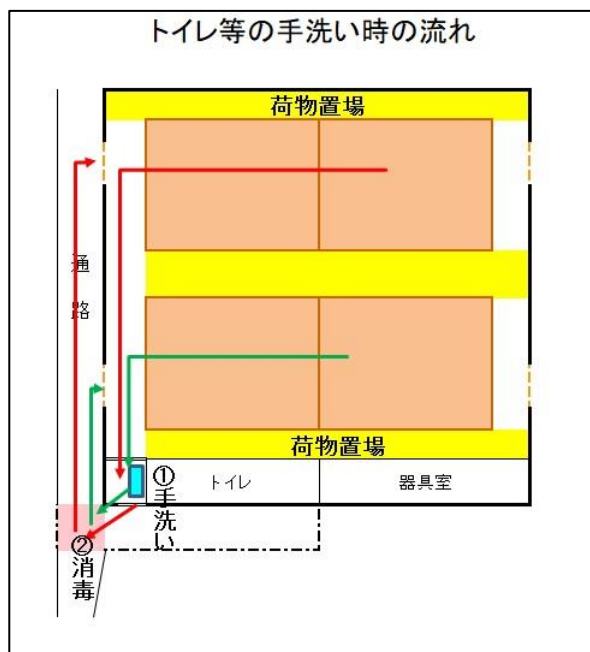
イ 洋式トイレ使用時は、便座のふたを閉じて水を流します。

ウ トイレ前の水道でハンドソープ等にて20秒程度、手指を洗浄し、ペーパータオルで手を吹きます。

エ アルコール消毒液等で手指を消毒します。

- ★ ハンドソープやアルコール等で手が荒れやすい場合は無理して使用せず、流水でしっかり手を洗ってください。

オ こまめな水道、トイレ等の清掃当番等の保護者は、こまめに水道、ドアノブ等に除菌スプレーをかけて清掃・消毒します。



- ★ 除菌スプレーは団で用意します。厚生労働省によると0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウムが良いとされています。

※水10に対しキッチンハイターキャップ1杯（25ml）

⑥こまめな手洗い、手指のアルコール消毒の実施

感染予防のために、こまめに手洗いを実施します。そのときに手洗いする場所で密にならないようタイミングを計って行います。

◎手洗いするとき

- ・休憩しているとき
- ・トイレに行くとき
- ・概ね1時間に1回程度

※手洗い方法、人の流れは、トイレ使用時の対応と同様です。

（3）練習終了時

帰る時の混雑を避けるため、4年生以下は終了時間の15分前に終了し、準備ができた子供から、各自で挨拶をして体育館の正面玄関から速やかに退出します。5、6年生は体育館の清掃終了後、準備が出来たら、5年生、6年生の順番で密にならないよう体育館から退出します。帰るときには、手指のアルコール消毒をし、帰宅後、手洗い等をしっかり行ってください。

①体育館における共用部分の除菌

当番等の保護者は、体育館の鍵を開錠したあと、ドア、窓、トイレのドアノブ等、手で触りそうな共用部分について、除菌スプレー等で消毒します。

（４）父母における留意事項

- 体育館内の人数を減らすため、保護者等は不要な体育館の入場を控えてください。
- 迎えにくる場合も、車で待ち、子供が車の所へ行くのが望ましいですが、安全性を考え体育館外で待つ場合も、体育館外での密を避けるため、タイミングを計って、迎えにくるようにしてください。

（５）団で準備しているもの（令和2年6月1日現在）

- 非接触型温度計 2式、体温計 2本
- ペーパータオル ダンボール箱 2ケース
- アルコール消毒液 500 ml 1本
- アルコール消毒液 詰替え用 5ℓ
- 消毒用エタノール液 500 ml 1本
- 消毒用アルコールジェル 300 ml 3本
- エタノールハンドジェル 500 ml 6本
- ハンドソープ 4本
- トイレ用オーバーシューズスリッパ 4足
- 次亜塩素酸ナトリウム水 1週間ごと交換
- 除菌用スプレー 350 ml 1本
- ビニール手袋、ゴミ袋
- フェイスシールド 10セット ※指導者用

4 試合もしくは他チームとの交流について

3か月間活動を中止していた関係から、子供達の運動不足等による怪我の発生は否めません。また、不特定多数の者との接触は感染リスクが高いと言えます。

そのため、試合等他チームとの交流については、子供達の体調、地域ごとの行動基準、上部団体からの活動基準等に従うとともに、感染防止対策及び感染リスク回避についての可否を検討し、判断していきます。

◎現時点における対応 ※R2.6.19 市内チームとの交流について変更

以下に従って、当面の間、市内チーム等の交流（試合、練習等）のみ、市民体育館で行う場合に限り、実施します。

ア 富士宮市スポーツ少年団の指針 ※R2.6.19 指針の変更

- ・ 6月における各種大会の開催の中止又は延期し、7月から実施可能とすること
- ・ 6月中は練習のみで、他団体との練習試合は行わないこととし、練習試合や合同練習等については、7月の休業日から可能とし、その相手は市内の団体とする。但し、学校施設を利用しての他団体との合同練習や試合は不可とする。

イ 静岡県における行動基準 ※R2.6.19 県外への行動制限の変更

「ふじのくに基準」警戒レベル3：県外への訪問及び県外からの来訪の際に、慎重又は注意して訪問する行動など

ウ 静岡県バスケットボール協会U12部会における活動基準

当面は校内（チーム単独）とし、対外チームとの交流は状況を見て判断

エ その他 新型コロナウイルス関連の感染防止対策各種通知など

- ・「静岡県スポーツ少年団における感染拡大防止対策」（静岡県）
- ・「催物（イベント等）の開催における留意点」（静岡県）
- ・「新型コロナウイルス感染症の感染を防止するための留意点」（静岡県）
- ・「今後の県立学校における対応について」（静岡県）
- ・「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル」（国）
- ・「バスケットボール活動再開に向けたガイドライン」（JBA）

