

# 新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン

## 活動に向けた対策

### ◆活動に向けたご案内

日頃より FC 北野の活動にご理解とご協力をいただき、心から御礼申し上げます。

活動にあたり万全な感染予防を講じることが不可欠となり、FC 北野が所属する「東京都少年サッカー連盟」「葛飾区サッカー協会」「葛飾区行政」などからも活動に向けたガイドライン、及び感染予防対策が公開されておりますので、活動に向けたガイドラインを以下のとおり定め、本ガイドラインに基づき活動を実施致します。

### ◆活動に向けた各ご家庭（コーチ含む）へのお願い

#### 1、3蜜（密集・密接・密閉）を避ける

ソーシャルディスタンス（人との間隔を2 m以上開けるなど）への配慮

- ① 参加者同士、指導者と参加者などが2 m以上間隔を保つ。
- ② 定員を少なく設定、分散して集合するなど、密集を避ける。
- ③ 握手、ハイタッチ等、人と人の接触は避ける。

#### 2、活動参加時の体調管理

活動に参加いただく場合は、必ず保護者様の承諾を必須と致します。

保護者様からの承諾は、体調管理フォームから選手の体調状況を「活動日の当日」に、ご入力いただき送信いただくことで、選手が活動に参加する承諾をいただけたと判断致します。

※体調管理フォームのご案内は、「体調管理フォームへの入力依頼」ページをご参照ください。

#### 3、活動参加への判断

前提として活動参加においては、各家庭の判断を優先し強制は致しません。

活動に参加いただく場合、検温と健康観察を行い異常があれば参加させない。

- ① 平熱を超える発熱がない。（毎日の検温観察が必要）
- ② せき、のどの痛みなどの風邪症状がない。
- ③ だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）がない。
- ④ においや味がいつもと違わない。
- ⑤ その他体調の異変がない。
- ⑥ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がない。
- ⑦ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方との接触がない。
- ⑧ 過去 14 日以内に海外渡航していない。又は渡航者や在住者との濃厚接触がない。

#### 4、ご家庭での選手管理

- ① ご家庭でも、手洗いや咳エチケットについて行政が提示するマニュアルの確認をお願い致します。（別紙参照）
- ② ウイルスに対する抵抗力を高めるため、十分な睡眠、食事による十分な栄養摂取にご協力をお願い致します。
- ③ 生活リズムの確立等の心掛けをお願い致します。

## ◆体調管理フォームへの入力依頼

### 1、体調管理フォーム URL

選手 : <https://forms.gle/yqNyZM1EXnmsZHvz6>

保護者 : <https://forms.gle/JieBpRrCHPd5f5uB6>

※保護者様は、北野小学校校庭に入られる方、および葛飾区施設利用時に会場に入られる方は体調管理への入力を必須とさせていただきます。

### 2、目的

新型コロナウイルス対策として活動日程ごとに本フォームより選手の体調状況をご入力いただけます。

### 3、ご入力依頼

①ご参加いただく活動日程ごとに、「1選手1送信」をお願い致します。

※兄弟姉妹がいる場合は、選手（学年）ごとに複数回ご入力し送信してください。

②体調管理フォームの送信にて、保護者様より選手が活動への参加承諾をいただいたと判断致します。

※送信がない場合は、保護者様から参加の承諾が選手に出ていないと判断し該当選手はご帰宅いただけます。

③本フォームを送信いただくと、ご入力いただいたメールアドレス宛に確認メールが送信されます。

※ご入力内容は送信メールをご確認ください。

④活動参加日程に対し、当日の送信以外は無効と致します。

※例：活動は 4/3(土)だが、送信日時が 4/2(金)の場合、無効とし参加承諾なしと判断します。

## ◆活動時の徹底

### 1、チーム対応

①学年の入れ替わり時間は可能な限り時間を空け、選手同士の接触を避け密集を作らない。

②活動終了後は速やかに解散し、集団で帰宅しないよう選手に徹底する。

③活動時以外（自宅 ⇄ 活動場所への移動および帰宅時）はマスクの着用は必須とするが、活動時の休憩は熱中症の懸念から対面会話を避け飛沫防止を意識する。

④活動時の食事は当面の間禁止とする。

⑤活動時の水分補給用の飲料は各自で準備し、飲み残しは自宅まで持ち帰る。

⑥保護者様が見学する場合は、マスク着用を必須とし少人数であっても密集を作らない。

### 2、活動中の留意点

活動内容（トレーニングメニュー）は以下の表に示す。

①十分な距離の確保

※感染予防の観点から、周囲の人となるべく距離（約 2 mの距離を空けることが適当）を空けること。

※強度が高い運動やスポーツの場合は、呼気が激しくなるため、より一層距離を空けること。

②位置取り

※前の人の呼気の影響を避けるため、前後一直線に並ぶのではなく、並走する、あるいは斜め後方に位置取ること。

③大きな声は出さないこと。

※マスク着用時でも大きな声は極力出さずに心掛ける。

### 3、熱中症対策

- ①学年ごとに塩分チャージなどを準備し、活動前に選手に配布致します。
- ②氷水クーラーボックス内に各選手のタオルを入れることは感染リスクの観点から禁止とする。
- ③選手ごとに氷ペットボトルを持参いただき、個々に Cooling いただきます。（他選手と共有しない）

### 4、選手自身に持参いただくもの

- ①サッカー用具（マイボール（3年生以上）、すねあて、スパイクなど）
- ②水筒（水分補給用の飲料は各自で準備し、飲み残しは自宅まで持ち帰る）
- ③帽子（熱中症対策の一環として）
- ④タオル（ビニール袋に入れ持参し、他選手と共有しない）
- ⑤マスク（ビニール袋を持参し、活動時はビニール袋で保管）

### 5、チーム（各学年ごと）で用意するもの

- ①体温計
- ②除菌シート
- ③ハンドソープ
- ④消毒用アルコール（ジェル含む）

### 6、活動時の対応表

タイミング	実施すること	対応者/該当者
活動前	体調管理フォームへの入力確認	コーチ
	<b>選手に密集等の注意喚起</b> ⇒ 休憩時はマスク着用 ⇒ 手洗い、うがい、アルコール消毒の徹底 ⇒ 活動中の他選手との距離の確保（位置取り、会話含む） ⇒ 氷ペットボトルの共有不可の徹底 <b>保護者様への密集等の注意喚起</b> ⇒ ソーシャルディスタンスを心掛けていただく	コーチ ⇒ 選手 コーチ ⇒ 保護者様
	手洗い、うがい、アルコール消毒	コーチ、選手
	マスクをビニール袋に入れ保管（必ずカバンにしまうこと）	選手
活動中	休憩時は、手洗い、うがい、アルコール消毒	コーチ、選手
活動後	手洗い、うがい、アルコール消毒	コーチ、選手
	<b>選手に帰宅時の注意喚起</b> ⇒ 集団で帰らない。 ⇒ 喋りながら帰らない。	コーチ ⇒ 選手