



新型コロナウイルス 感染予防対策

アジェンダ

- ・感染予防・感染拡大防止の大原
 - ・練習時の留意点
 - ・練習後の留意点
 - ・衛生管理リスト
- ・チェックリスト(スタッフ)
- ・チェックリスト(選手)

感染予防・感染拡大防止の大原則

感染防止の3つの基本

□十分な距離の確保

人との間隔: 1.5m~2m



□マスクの着用

選手は練習会場に向かう時に、
コーチは移動および練習中着用を徹底する。

□手洗い・消毒



1. 人と人との接触 (飛沫感染)
2. 人と物との接触 (接触感染)

を極力なくす

練習前の留意点

- コーチが同伴して移動する
- 練習会場に到着した人から手を洗う
- 手を洗い、手が乾いた後アルコール消毒を行う
- うがいを行うのは禁止

練習時の留意点

➤2mの距離あるいは1人当たり4㎡のスペースを確保する。

→保護者と選手の待機場所を分け、荷物間を2m空ける

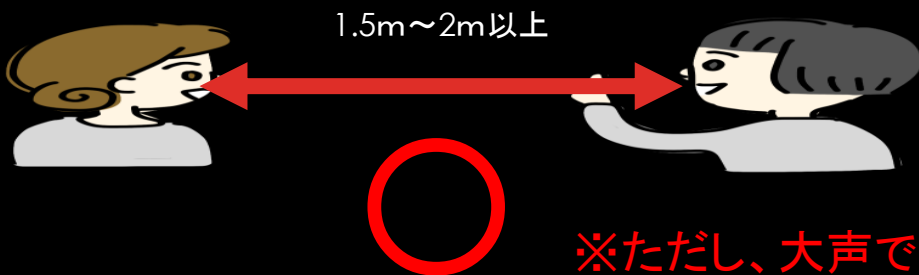
➤こまめに手洗いをを行う。

→練習時に全員一斉に行くのではなくで行う

→1つの手洗い場に2人まで

➤握手やハイタッチなどの接触をしない。

➤マスクの着用(コーチ)



練習後の留意点

- コーチが同伴で行動をする。
- 練習会場から外に出る前に手を洗う
- 手を洗い、手が乾いた人からアルコール消毒を行う。
- うがいは禁止
- 帰宅後できるだけすぐにシャワーを浴びて、服を着替える

施設の衛生管理

- 2m以上が保てるスペースを確保する。
- 必要ない用具は撤去し物を減らす。
- 常に空気の換気をする。
→ 出入り口や窓の開放などを行う。

健康チェック(コーチ)

- 再開直前2週間(一般的なウィルスの潜伏期間)の健康チェックを行う(体温・自覚症状)
 - 自宅を出発前に検温、血中酸素濃度の測定を行う
 - 日常生活で共にしていないメンバーとの移動を避ける
 - 咳、喉の痛みなど風邪の症状がない。
 - だるさや息苦しさ・風邪の症状がない。
 - 匂いや味の感覚がおかしくない。
 - 身近な知人に感染が疑われる人がいない。
- また、感染者との濃厚接触がない。
- 当日、体温を測って37度以上の体温があった場合参加することができない。
 - 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察機関を必要とされている国、地域等への渡航または当該住者との濃厚接触がある場合

健康チェック(選手)



- 朝・夜の2回の体温測定で平熱を超える発熱がない。
- 咳、喉の痛みなど風邪の症状がない。
- だるさや息苦しさ・風邪の症状がない。
- 匂いや味の感覚がおかしくない。
- 身近な知人に感染が疑われる人がいない。
- また、感染者との濃厚接触がない。
- 当日、体温を測って37度以上の体温があった場合参加することができない。
- 過去14日以内に政府から入国制限、
入国後の観察機関を必要とされている国、地域等への渡航または当該住者との濃厚接触
- 自宅で健康カルテを記入し、当日に練習会場に持参し提出する。

コロナウィルスばかりフォーカスしすぎると**熱中症**のリスクも...



- ①気温・湿度が高い中でのマスク着用は要注意！！
- ②十分な距離、間隔(2m以上)を確認できる場合はマスクを外す
- ③マスクを着用している時は負荷のかかる運動を避け
周囲の人との距離を十分にとった上で、適度にマスクをはずして
水分補給等の休憩をしっかりとりましょう。

