

屋内運動部活動における感染拡大防止チェックリスト

活動開始前

- **健康観察の徹底**
発熱・咳・喉の痛み・息苦しさ・だるさ等を感じる場合は、部活動に参加せず、自宅で休養しましょう
同居の家族に体調不良等感染の疑われる方のいる場合も参加を見合わせましょう
- **活動開始前の手洗い・手指消毒**

活動中

- 常時または30分に1回は換気
- 活動中も、こまめに手指消毒
- 大声や、向かい合って声を出すのはNG
- ミーティング、休憩時はマスク着用
- 水分補給等はマイボトルを。会話も控えましょう
- ソーシャルディスタンスを徹底
練習の順番待ちや体操時等の密を回避
- ビブスや用具等の共用はNG
- 消毒液を設置して、こまめに消毒
得点盤やタイマー等の多数が触れるところは特にしっかり消毒しましょう

活動終了後

- **更衣室、部室等での密を回避**
更衣をせずに帰宅
時間差での使用や入室人数の制限
換気も常時行いましょう
- **活動後は、飲食等を行わず、速やかに下校**

以上のほか、各競技団体が定めるガイドラインを踏まえ、各競技ごとに必要な感染防止対策の徹底を！

