

参加者及び運営者(指導者)が練習や大会参加時に注意する共通事項

- ① 自宅で検温をして自身の健康をチェックしてから参加する(過去2週間以内に以下に該当する場合は自主的に休む)
 - ・ くしゃみ、咳、喉の痛み、微熱以上の発熱などの症状
 - ・ 倦怠感や息苦しさ
 - ・ 嗅覚や味覚の異常
 - ・ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ・ 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、地域への渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合
 - ・ 参加前にチェックリストをつけ、必要であれば提出する。
- ② マスクを持参する
 - ・ プレー中以外は着用する。(移動中、受付、待機中、表彰式、着替えなど)
 - ・ プレー中も希望者は着用しても構わないが、マスクを着用することにより、十分な呼吸が出来ず、人体に影響を及ぼす可能性もあることに留意しなければならない。
 - ・ 熱中症に注意する。(マスク着用時はいつも以上にこまめな水分補給を心掛ける。気温と湿度もこまめにチェック)
 - ・ 指導者はできる限り、マスクを常に着用する。
- ③ 手洗い、うがい、アルコール消毒をこまめにする
 - ・ 体育館入退館時は必ず手洗い、アルコール消毒をする。
 - ・ 練習終了後は手洗い&うがいを徹底する。
 - ・ 練習時の休憩中も出来れば手洗いをする。(うがいやアルコール消毒も)
- ④ 人との距離を常に意識する(介助者や誘導者の必要な場合は除く)
 - ・ ソーシャルディスタンスを保つ。(2m、最低1m)
 - ・ 会話をする時はマスクを着用。
 - ・ ハイタッチや握手の禁止。
 - ・ 飲食時はなるべく対面を避け、会話は控える。
- ⑤ 常に換気する
 - ・ 競技するのに支障の無い窓(下の小窓など)は空け、常に換気する。
 - ・ 適度に休憩(30分に1回など)を設け、その都度全開にして換気をする。
 - ・ 換気扇、送風機などの設備がある場合は常に稼働させてプレーをする。
- ⑥ 大きな声で会話、応援等を禁止する
 - ・ 大きな声で会話や応援することにより感染リスクが高まる。(飛沫感染予防)
- ⑦ 道具の共有は禁止する
 - ・ ラケットの貸し借り禁止。(レンタルラケットも含む)

*やむを得ず、レンタルラケットを使用する場合、管理者は貸し出し前後に アルコール消毒を必ずする。(利用者の特定が出来るようにする)

- ・ 飲み物やタオルの共有禁止。(スクイズボトルなど)
- ・ コート設営及び片付けなどは、小人数で行う。(大人数でネットやポール、モップなどを触らないようにする。当番制などにする。)
- ・ ノック練習の自粛。(3密防止、感染予防の観点から制限解除まで自粛。大人数でシャトルを触らないようにする。)

⑧ 床やシャトルを触った手で目や顔や口を触らない

- ・ さまざまなものの表面を触れた手に汚染物質が付着するとウイルスが手から目、鼻、口に伝わり、体内に入り込み感染してしまう。(感染防止対策)
- ・ 手で汗を拭かないように注意する。(感染防止対策)

⑨ ゴミは各自で持ち帰る

- ・ 鼻水、唾液などがついたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、持ち帰る。
- ・ 大会などでゴミを回収する場合は、マスクや手袋を着用し、作業終了後は速やかに手洗いとアルコール消毒をする。
- ・ 飲みきれなかったドリンクは指定場所以外に捨てない。

⑩ 移動手段において自動車の相乗りを一時的に禁止

- ・ ソーシャルディスタンスの制限がある間は、出来る限り自動車の相乗りはやめる。
- ・ チームでバスやミニバンでの移動も出来る限りやめる。

⑪ 練習や大会参加後、2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は主催者(運営責任者)に対して速やかに濃厚接触者の有無等を報告する。

⑫ 当日の参加者名簿作成

- ・ 練習や大会参加後、2週間以内に新型コロナウイルス感染者が出た場合に保健所や医療機関に提出することや、感染経路を辿る為に必要です。

ただし個人情報ですので取り扱いや保管に十分ご注意ください。

新型コロナウイルスは2週間の潜伏期間と言われています。終了後、すぐに破棄をせず、大切に保管して下さい。(最低1ヶ月程度は保管する)

⑬ 総会や祝賀イベントなどの自粛

- ・ 政府や各自治体より制限(イベント参加人数や自粛要請)がある間は開催や参加を自粛する。
- ・ もし必要があれば、最低限の参加人数で、換気をしながらソーシャルディスタンスを保って行う。

以上のことに留意し、一人一人が責任ある行動をしましょう