

## 活動再開後のガイドライン チェックリスト(4種向け)

(一社) 神奈川県サッカー協会

クラブ名 公田サッカークラブ

実施日 2020年 6月 6日

チェックした人 氏名 豊田 凡一郎

クラブでの役職・関係 代表

このチェックリストは、新型コロナウイルス感染症による活動自粛後の活動再開(練習)に向けて、参加する選手・指導者はもとより、関係するすべての人に対して、より安全に、安心して活動(練習)できる環境を整えることができているかをチェックするものです。

本チェックリストはあくまでも目安であり、各クラブにおいて抱えている事情や設備・人員等の状況に応じて、これ以外に感染拡大防止のための必要な取り組みを適宜盛り込んでください。

### A. クラブの活動理念・活動目標の設定等

- 1 クラブとして日常の活動における規約、活動方針・運営方針を文書化して示している。
- 2 クラブの目標・活動方針を、入会する際に選手および、指導者、運営スタッフ、保護者に確認し、互いに了解している。
- 3 クラブの練習再開時の注意点等を保護者に対して説明を行っている。
- 4 感染防止のためクラブが実施していることや、参加者が遵守すべきことを整理し掲示している。
- 5 決めたことが守られているかを点検する係が決まっている。
- 6 その日の活動(練習)の参加者(選手・保護者等)の名簿を作成している。
- 7 しばらくの間、選手は練習前に検温、健康観察等を行い体調不良者は練習を見合わせる。
- 8 クラブで新型コロナウイルス感染者が出た場合、どのような対応をするかの準備がある。
- 9 トイレ・手洗い場に石けんもしくはアルコール等の手指消毒剤がある。
- 10 鼻水、唾液などがついたゴミはビニール袋で回収し、密閉して縛る。

### B. クラブの指導者に関して

- 11 練習 30 分前の検温で 37 度以下である。
- 12 練習する際に、極力対面の状態を作らない。
- 13 指導者一人が指導する選手の数は 20 名以内である。
- 14 胸や関節が痛い、咳が出る、食べ物の味やにおいを感じないなどの自覚症状がない。
- 15 必ずマスクを着用し、選手を集めて話をするときには、適切な(2m 程度)距離を取らせる。
- 16 複数での練習時には、しばらくの間タックル・スライディングを禁止している。
- 17 笛や作戦ボードを共用しない。
- 18 複数チームへ対応できるよう指導者を充分確保している。
- 19 AED の保管場所を確認している。
- 20 各自でタオル及び飲料水を準備し、それらを共用しない。

### C. 選手に対して

- 21 自宅で着替えて、活動終了後も自宅に戻り着替えシャワー等を使用する。
- 22 各自のタオルを持参し、他人と共用しない。
- 23 各自でペットボトルもしくはスクイーズボトル等を持参し他人と共用しない。
- 24 活動場所で食事をしない。
- 25 練習前に検温、健康観察を行い少しでも問題がある場合指導者に報告している。
- 26 体調が充分でないときは、見学もしくは帰宅する。
- 27 必要に応じて、手洗い、アルコール消毒を行っている。
- 28 練習中は唾や痰をはかない。
- 29 飲みきれなかったドリンクの類を、指定の場所以外で捨てない。
- 30 互いに話をするを最小限にし、強度の高い練習をした時は周囲の人との距離をさらに取る。
- 31 マスクを持参し、プレーをしていない時は必ず着用している。
- 32 感染防止のため、クラブが決めたルールを守っている。

### D. 保護者への働きかけ連携

- 33 練習の見学時は、隣の人との距離を取って見学している。
- 34 マスクを着用し、大声を出さない。
- 35 選手の体調に気を配り、少しでも具合の悪い時は参加させない。

チーム・指導者用 新型コロナウイルス対応版チェックリスト例

シーン	項目	チェック欄	備考
1 事前準備	(1) チーム内において感染対策責任者を定め、所属協会・連盟担当者の連絡先を把握する。	✓	
	(2) 活動する上での注意事項を関わる全ての方と共有し理解してもらう。(不安がある場合は参加を見送る)	✓	
	(3) チーム内の選手・スタッフの健康管理表を入手し、活動日まで健康チェックを行う。	✓	
	(4) 選手が未成年の場合は、保護者が活動内容を理解しており、参加を了承している。(了承しない場合は無理に参加させない。)	✓	
2 往復の移動	(1) マスクを着用する。	✓	
	(2) 往復の交通公共機関利用時にはラッシュ時や混んでいる車両を避ける。	✓	
	(3) 窓を開ける等、換気がよくなる工夫をする。	✓	
	(4) 切符を買うために使う指を限定し、その際使用した指で顔や目を触らない。	✓	
	(5) 電車・バス等公共の交通機関内において、常に他者と距離をとり、会話も控える。	✓	
	(6) 目的地に到着後、特につり革、手すりなどを触った手を手洗い、消毒、うがいをする。	✓	
	(7) 寄り道をせずに、できるだけ早く帰宅する。	✓	
3 トレーニング・試合前	(1) 選手・指導者・スタッフはプレー時以外はマスクを着用する。	✓	
	(2) 選手・指導者・スタッフは健康チェックシートをチームの感染対策責任者に提出する。	✓	
	(3) 着替えを素早く済ませ、更衣室から早く出る。	✓	
	(4) 更衣室が狭い場合の更衣の順番についてはローテーションを組む等の工夫をする。更衣終了後は更衣室の窓とドアを開け放しにする。	✓	
	(5) 握手やハイタッチ等は行わない。	✓	
	(6) 円陣は行わない。	✓	
	(7) ミーティングの回数・時間を減らす、もしくは行わない。	✓	
4 トレーニング・試合中	<b>試合関係者のコミュニケーション、給水等</b>		
	(1) 指導者・スタッフ、ベンチに座る選手はマスクを着用する。	✓	
	(2) プレー以外の不要な接触を避ける(得点後の喜び、交代時の握手等)。	✓	
	(3) ピッチ上でチームメイト、審判員と会話する際にも距離についてしっかりと配慮する。	✓	
	(4) ベンチでの選手間の距離を保つ。	✓	
	(5) リブの選手は、アップ時の他の選手との距離にも注意を払う。	✓	
	(6) 水・氷を溜めたクーラーボックスにボトルを漬けない。	✓	
	(7) ボトルを他の選手と共有しない。	✓	
	(8) タオル等、リネンを他の選手と共有しない。	✓	
	(9) うがいた水をピッチ内に吐かない。	✓	
	(10) ピッチ内でも咳エチケットを守り、つばを吐いたり、手拭をかまない。	✓	
	<b>ハーフタイム・交代・退場時、試合終了時の対応</b>		
	(1) 更衣室に戻る前に消毒や手洗い、うがいをする。	✓	
	(2) 選手交代後においても消毒や手洗い、うがいをする。	✓	
	(3) 退席や退場の際等、審判員と会話をすることがあってもその距離には十分に配慮する。	✓	
	(4) 怪我をした選手を他の選手がむやみに接触しない。また、ピッチ外に当該選手を移動させる際は、おんぶやだっこを避け、担架を活用する。仮に、おんぶ等をして当該選手を移動させた場合、移動に関わった人は速やかに消毒を行う。	✓	
	(5) メディカルスタッフはラテックスグローブを活用する。	✓	
(6) 試合後のチーム、審判員との挨拶、相手チームベンチへの挨拶は行わない。	✓		
5 トレーニング・試合後	(1) 更衣室が狭い場合の更衣の順番についてはローテーションを組む等の工夫をする。更衣終了後は更衣室の窓とドアを開け放しにする。	✓	
	(2) 着替えを素早く済ませ、更衣室から早く出る。	✓	
	(3) シャワーの利用についてはローテーションを組んで交代で浴びる等の工夫をする。	✓	
	(4) 試合会場のルールに従い、ゴミを密封した状態で処分するか、持ち返る。	✓	
6 帰宅後の過ごし方	(1) 手洗いうがいを徹底する。	✓	
	(2) バランスの良い食事をとる。	✓	
	(3) 検温と共に行動記録を書く。	✓	
	(4) 早めに就寝し、十分な睡眠時間を確保する。	✓	
7 事後対応	(1) 帰宅後3日以内にチームの中から感染者が出た場合は、感染対策責任者に速やかにその旨伝える。	✓	
<b>手洗い場所</b>			
(1) 手洗い場にはポンプ型の液体または泡石鹸を用意すること	✓		
(2) 「手洗いは30秒以上」等の掲示をすること	✓		
(3) 手洗いで手を拭くためのペーパータオル(使い捨て)を必要に応じて用意すること(利用者にマイタオルの持参を求めても良い。)	✓		
(4) 手洗いが難しい場合は、アルコール等の手指消毒薬を用意すること	✓		
<b>更衣室、休憩スペース</b>			
(1) 広さにはゆとりを持たせ、他の利用者と密になることを避けること(障がい者の介助を行う場合を除く)	✓		
(2) ゆとりを持たせることが難しい場合は、一度に入室する利用者の数を制限する等の措置を講じること	✓		
(3) 室内又はスペース内で複数の利用者が触れると考えられる場所(ドアノブ、ロッカーの取手、テーブル、イス等)については、こまめに消毒すること	✓		
(4) 換気扇を常に回す、換気用の小窓をあける等、換気に配慮すること	✓		
(5) スタッフが使用する際は、入退室の前後に手洗いをすること	✓		
<b>洗面所</b>			
(1) トイレ内の複数の利用者が触れると考えられる場所(ドアノブ、水洗トイレのレバー等)については、こまめに消毒すること	✓		
(2) トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示をすること	✓		
(3) 手洗い場にはポンプ型の液体または泡石鹸を用意すること	✓		
(4) 「手洗いは30秒以上」等の掲示をすること	✓		
(5) 手洗いで手を拭くためのペーパータオル(使い捨て)を必要に応じて用意すること(利用者にマイタオルの持参を求めても良い。)	✓		

8 施設用具等の対応

スポーツ用具の管理		
(1) 利用者にスポーツ用具を持参してもらうよう周知すること	✓	
(2) やむを得ず共用するスポーツ用具については、手が頻回に触れる箇所を工夫して最低限にした上で、こまめに消毒すること	✓	
(3) スポーツ用具の貸出を行う場合は、貸出を行った利用者者を特定できる工夫をすること	✓	
(4) 貸出前後に消毒すること	✓	
顧客の管理		
(1) 施設に顧客も入場させる場合には、顧客同士が密な状態とならないよう、必要に応じ、あらかじめ顧客席の数を減らすなどの対応をとること	✓	
(2) 大声での声援を送らないことや会話を控えること、会話をしている場合にはマスクを着用すること等の留意事項を周知すること	✓	
運動・スポーツを行う施設の種類		
(1) 換気設備を適切に運転することや、定期的に通気窓を開け外気を取り入れる等の換気を行うこと	✓	
(2) 体育館の床をこまめに清掃すること	✓	
(3) 体育館等の施設においても、密な状態とならないようにすること	✓	
施設の入口		
(1) 手指の消毒設備を設置すること	✓	
(2) 施設利用時の利用者が遵守すべき事項のチェックリストを掲示すること	✓	
ゴミの管理		
(1) 鼻水、唾液などが付いたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、ゴミを回収する人は、マスクや手袋を着用すること	✓	
(2) マスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹸（ポンプ型の液体または泡石鹸）と流水で手を洗い、手指消毒すること	✓	
清掃・消毒		
(1) 市販されている界面活性剤含有の洗浄剤や漂白剤を用いて清掃すること	✓	
(2) 通常の清掃後に、不特定多数が触れる環境表面を、始業前、終業後に拭拭消毒すること	✓	
その他		
(1) 運動・スポーツの際の栄養補給等として飲食物を利用者に提供する際は、以下などに配慮して適切に行うこと	✓	
(2) 利用者が飲食物を手にする前に、手洗い、手指消毒を行うよう声を掛けること	✓	
(3) スポーツドリンク等の飲料については、ペットボトル・ビン・缶や使い捨ての紙コップを提供すること	✓	
(4) 飲食物を取り扱うスタッフにはマスクを着用させること	✓	

チーム感染対策責任者：

島田 仁 部