

学友会蹴球部コロナ感染対策チェックリスト(STEP1～STEP3用)

シーン	項目
1.事前準備	1-1 部内で感染対策責任者を定め、HPで連絡先を提示する。
	1-2 活動における注意事項を公開し、誰でも閲覧可能にする。
	1-3 選手・学生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。
	1-4 参加を望まない部員に活動への参加を強制しない。
	1-5 参加できない部員に対して長期的に不利益が生じないよう配慮する。
2.往復の移動	2-1 原則としてマスクを着用する。屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずすことができる。
	2-2 往復の交通機関利用時にはラッシュ時や混んでいる車両を避ける。
	2-3 車での移動は窓を開ける等、換気がよくなる工夫をする。
	2-4 切符を買うために使う指を限定し、その際に使用した指で顔や目を触らない。
	2-5 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。
	2-6 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。
	2-7 寄り道をせずに、できるだけ早く帰宅する。
3.トレーニング前	3-1 誰がどの時間にグラウンドに滞在したか記録を残す。
	3-2 参加者は会場についた後、一度手を洗う。
	3-3 参加者は会場に到着後、非接触式体温計で体温を測定する。
	3-4 着替えは更衣室で行わない。着替えた状態で会場に来る等の工夫をする。
	3-5 2m以上の間隔の取れない状態でミーティングを行わない。
	3-6 ミーティングはできるだけオンラインで行う。
4.トレーニング中	4-1 選手・学生スタッフはプレー時以外はマスクを着用する。（屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずすことができる）
	4-2 対面でのミーティングの回数・時間を減らす、もしくは行わない。
	4-3 握手やハイタッチ等を行わない。
	4-4 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）。
	4-5 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。
	4-6 水・氷を溜めたクーラーボックスにボトルを漬けない。
	4-7 ボトルを他の選手と共有しない。各自で水筒やペットボトルを用意する。
	4-8 タオル等、リネンを他の選手と共有しない。
	4-9 うがいした水をピッチ内に吐かない。
	4-10 ピッチ内でも咳エチケットを守り、つばを吐いたり、手鼻をかまない。
	4-11 なるべく地面に手をつかない

	4-12	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。
	4-13	メディカルスタッフはラテックスグローブを活用する。
5.トレーニング後	5-1	更衣室は利用しない。
	5-2	トレーニング終了後、すぐ帰宅する。
	5-3	出たゴミは各自、密封した状態で処分するか、持ち返る。
6.帰宅後	6-1	手洗いうがいを徹底する。
	6-2	バランスの良い食事をとる。
	6-3	検温と共に行動記録を書く。
	6-4	早めに就寝し、十分な睡眠時間を確保する。
7.事後対応	7-1	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。
8.手洗い場の利用	8-1	手洗い場にはポンプ型の液体または泡石鹸を用意する。
	8-2	「手洗いは30秒以上」等の掲示をする。
	8-3	手洗い後に手を拭くためのマイタオルの持参する。
	8-4	手洗いが難しい場合は、アルコール等の手指消毒用薬を用意する。
	8-5	手洗い場では一度に入室する利用者の数を制限する。
	8-6	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。
	8-7	トイレでは蓋を閉めて汚物を流すよう表示する。
9.施設の入り口	9-1	手指の消毒設備を設置する。
	9-2	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。
		サッカーボール
	10-1	手で触れない。
	10-2	やむおえず手で触れるときは、触れた後にボールを消毒するか、触れる前に手を消毒する。
	10-3	その日の使用前後に一度消毒を行う。
		ピブス
	10-4	共用せず、各人が管理する。

10.用具の使用		マーカー
	10-5	ゴム手袋を着用した人のみが扱う。触れてしまった場合は手を消毒する。
		ゴール・ラダー等のその他トレーニング設備
	10-6	なるべく手で触れない。触れた人は手を消毒する
		テーピング類
	10-7	各自で用意し、ゴミは各自で処分する。
		ボトル
	10-8	部で共用のものは用いず、各自で用意する。
11.活動自粛対象者	11-1	直近 14 日間以内に、発熱等の風邪症状が現れた者
	11-2	日本入国後、14 日間が経過していない者
	11-3	濃厚接触者と判定されてから14 日間が経過していない者
	11-4	体温が37.5℃以上の者
12.その他	12-1	新型コロナ感染の疑いで医療機関に入院した場合、退院後は14日間健康観察表をつける。
	12-2	すべての参加者はCOCOAアプリを使用できる状態にする。
	12-3	すべての参加者は外出の記録を残し、感染発覚時に提示できるように準備する。