

## 上田南リーグ活動ガイドライン 15

新型コロナウイルスの関係で活動自粛にご協力いただき、誠にありがとうございます。

上田圏域の警戒レベルが上下しております。引き続き感染防止策の徹底をお願いいたします。  
ご理解、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

### 1. 今後の活動方針とスケジュール

- ー1. 政府、地域自治体、学校、加盟団体の要請や指導を尊重し活動を行う
  - ※中学生は部活動、小学生は上田市スポーツ少年団の活動指針を目安とします
  - ※感染警戒レベル4以上：活動縮小、練習試合については対戦チームと協議の上判断
- ー2. 活動に参加する選手は、保護者の同意を得ること
- ー3. 役員・指導者は感染予防の徹底に細心の注意を払い、三密を避けた活動を実施する  
特に室内練習場の使用人数を考慮する（第1室内練習場25名前後、第2室内練習場15名前後）  
シニア用ベンチ内が密集時はリトル用ベンチも利用する

### 2. 練習や試合時の新型コロナウイルス感染防止策

- ー1. 選手、リーグ関係者(ご家族含む)は毎朝自宅検温を実施する  
(選手は健康管理表(リーグより配布)へ記入し、練習時に指導者へ提出)
- ー2. 選手、リーグ関係者(保護者含む)は以下の防止策を徹底する
  - (1) 大声を出したり、集合(2m以内)をして長時間話したりする行為や不要な接触は避ける  
※指導者、審判はマスクを着用(運動をする時を除く)  
**※選手は練習時以外(駐車場他)マスクを着用(練習前後のミーティングは着用)**  
※アナウンスは会場に応じて対応(HIOKIグラウンドでは行う)
  - (2) 活動前後および食事やトイレ前後には手洗いや手指のアルコール消毒、うがいを徹底する  
また、共用で使用する物(バット、ヘルメット、マイク等)はその都度消毒をする
  - (3) 乗り合いやマイクロバスを利用する場合は、乗車前の消毒とマスクを着用し、密閉空間とならないよう換気をこまめに行う
  - (4) **食事の際は、対面としないようにする**
  - (5) 飲み物は各自用意したもので対応する(試合時は不足を考慮し保護者会でも準備しておく)
  - (6) 保護者や家族は、車から降りる場合には**マスクを必ず着用**する
  - (7) 休日の活動開始時間前の集まる時間に制限は設けない  
(活動開始までに準備を終えられるようにする 目安開始の20~30分前に施設入場)  
※集合時間の場合はON TIME(7:00集合の場合は7:00に集合)
  - (8) 解散後は速やかに帰る(練習終了時間=解散時間)
- ー3. **大会や練習試合における保護者について**
  - (1) **練習見学は隣との間隔を必ず取ってください**
  - (2) **練習試合や大会の場合、隣との間隔を必ず取り、声を出しての応援は行わない**  
※試合時は保護者代表者が体調管理表(事務局作成)を事務局に提出する
- ー4. 以下に該当する場合は活動を休み、事務局へ連絡を行う
  - (1) 選手、リーグ関係者本人が37.0℃以上(平熱が36.5℃~36.9℃の場合+0.5℃以上)の発熱や咳が出るなど少しでも体調不良の場合は休む(発熱の場合、解熱後72時間は休む)  
また、これに該当する保護者、家族は選手の送迎も行わず休む  
同居人が発熱の場合、原因がわかるまで本人が元気で休む
  - (2) 県外の往来について
    - a. 選手、リーグ関係者本人が緊急事態宣言対象地域を往来(交通手段問わず)した場合は、帰宅日から7日間は休む
    - b. 保護者・同居人が緊急事態宣言対象地域を往来(交通手段問わず、業務含む)した場合は、送迎までとしグラウンドに滞在しない(7日間)
  - (3) 選手、リーグ関係者(同居人含む)が感染または濃厚接触者と認定された場合は速やかに事務局へ報告する(**保健所の指示に従い対応、2週間の活動休止もあります**)
  - (4) PCR検査対象となった場合
    - a. 本人・・・陰性が確認されるまで該当クラスの活動は休み(リーグ内で情報共有します)
    - b. 同居人・・・陰性が確認されるまで本人は活動を休み 以上