

## 上田南リーグ活動ガイドライン 18

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。  
**急速に感染拡大しております。より一層、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をお願いいたします。

### 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  
※学校部活動、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)は毎朝自宅で検温を実施する  
(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
  - (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30分ごとに5分間行う(黙乗)
  - (4) **食事の際は、対面としないようにする(黙食)**
  - (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) **休日は活動開始時間15分前以内に施設入場(8:00開始の場合、7:45~8:00に入場)**  
※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) **練習見学はご遠慮ください**
  - (2) **やむを得ず大勢集まる場合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、事務局へ必ず連絡を行う**
  - (1) 選手、リーグ関係者(保護者含む)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・のどの痛み・鼻水・頭痛などいわゆるかぜ症状がある場合は休む  
(発熱の場合、解熱後72時間は休む ただしワクチン接種副反応は除く)  
**同居人が発熱やかぜ症状がある場合は本人が元気で休む**
  - (2) 選手が通う学校の部活動が休止の場合は休む
  - (3) 選手がワクチン接種を受けた場合、接種日から3日間は休む(指導者・審判は3日間目安)  
例) 接種日1月12日(水)の場合1月15日(土)まで休み
  - (4) 選手、リーグ関係者(同居人含む)が感染または濃厚接触者、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)
  - (5) 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む
- ー5. 選手、リーグ関係者が県外を往来する場合は、事務局に連絡する