

立教大学体育会サッカー部 コロナ対策ガイドライン

1. はじめに

立教大学体育会サッカー部は、2月2日（火）より活動を再開いたします。活動再開に際して、弊部としてコロナ対策ガイドラインを策定いたしましたのでお知らせいたします。

2. 日常的な健康観察

- ・毎日起床時、練習直前、夕食前の3回検温を行い Google スプレッドシートに体温を記入する。
- ・本人や同居の家族等に体調不良や発熱等の風邪症状が見られる場合、適宜報告をする。

3. 感染予防対策

基本的な感染対策の徹底

- ・普段からこまめなうがいや手洗いあるいは消毒を徹底する。
- ・マスクの着用や咳エチケットを徹底し、必要以上に大きな声での会話は控える。
- ・身体的距離（前後2m、ソーシャルディスタンス）の確保を徹底する。
- ・3密（密集、密接、密閉）を回避し、こまめな換気などを行う。

日常生活での各場面別の感染予防対策

「公共交通機関の利用」

- ・会話は控えめに。
- ・混んでいる時間帯は避ける。

「会食」

- ・会食は極力控える。行う場合でも3密を控えるため、4名までとする。
- ・発熱や風邪の症状がある場合は参加しない。

「その他」

- ・感染リスク高い繁華街への移動は極力控える。
- ・不特定多数の人が触れる共用部分には触れないようにする。触れた場合は消毒を行う。

スポーツ活動中、及び活動前後の感染予防対策

- ・活動前後でうがいや手洗いあるいは消毒を徹底する。
- ・水分補給を行う際にはボトルなどの回し飲みはしない。個人用のボトルも同様。
- ・体調不良や発熱等の風邪症状が見られる場合は、絶対に活動に参加しない。
- ・身体的な活動を行う時間以外の、ミーティング、更衣、移動等の際には、マスクを着用する。

4. 感染の疑い、濃厚接触者の疑いとなった場合

・PCR検査の対象となった場合、濃厚接触者と特定された場合、感染が明らかとなった場合は直ちに連絡をする。