

新型コロナウイルス感染症防止対策ガイドライン

「もしけがをしたら」、「もし感染したら」ということを常に念頭におき、集中して練習しましょう。また練習時だけでなく、休憩時は近距離での話をしない等、お互いに気を付けましょう。

今は少しずつ身体を動かし、感覚を取り戻し、仲間と一緒に練習する楽しさ、目標に向かって前に進む、そんな気持ちを大事にして練習しましょう。

1 教室運営感染防止対策への注意点について

- (1) 保護者の教室への入室（生徒見守り）は生徒人数の4分の1の人数及び付き添いの未就学児など不可
- (2) 30分に一回の換気、手洗い、消毒
- (3) 教室入室の際の検温
- (4) 咳・くしゃみ等の体調不良者は欠席を促す
- (5) 一回のレッスンの生徒の人数は自治体、会場の制限（定員の半数等）を厳守する
- (6) 保護者、指導者は集合から解散までマスクを着用する
- (7) 密集を避け、集合や解散、保護者の待機場所は距離を置く
- (8) 各自のバトンケースを2メートル間隔であけて置く（水分補給時に密にならないように）

2 消毒について

- (1) 生徒、保護者にはアルコール消毒を持参し、適宜行うように促す
 - (2) 可能であれば教室でアルコール消毒・石鹸を用意する
 - (3) 以下のタイミングは一斉に手の消毒を行う
 - ア 体育館入室前・練習開始時・終了時
 - イ 休憩・水分補給時
 - ウ トイレの後
 - エ ペアバトン・団体バトン・団体ポンポンの前後（バトン・ポンポンの消毒を含む）
- ※なお、アルコール消毒がない場合は、石鹸での手洗い可とする

3 練習中の対策について

- (1) 大声を出すことの無いよう指導する。指導者は可能であればマイクを使用する
 - (2) 個人練習の場合は距離を2m以上とり、可能であれば壁を正面にし練習する
 - (3) 休憩時間を順番に設定し、フロアにゆとりがあるようにする
 - (4) 汗ふきタオルを必ず持参し、顔を手で触ることの無いよう指導する
 - (5) 団体の練習を行う場合は以下の点に留意する
 - ア 団体の練習（合わせ）を行う場合は練習時間の半分以下に設定し、前後に消毒を徹底する
 - イ 身体の接触のある技は極力避け、距離を保つようにする
 - ウ バトン交換等のペアはなるべく同じ相手と行う
 - エ 熱中症等のリスクがない場合はマスクを必ず着用する
- *生徒同士の密な接触が起こらないよう、練習内容を工夫する
- *マスクは練習時の着用は任意とする。
- *解散は玄関で密にならないように時間をずらす