

新型コロナウイルス感染防止に対するガイドライン

国立第三中学校野球部

1. 練習に関する注意事項

- ・活動前（登校日の場合は、登校前）には必ず検温し集合する。その際、体調がよくない場合、または以下の症状が少しでも疑われる場合には、顧問に申し出て練習を休むこと。
(例：発熱、咳、咽頭痛、息苦しさ、倦怠感、嗅覚や味覚の異常等の症状)
- ・同居の家族に上記の症状が見られ、自宅で仕事や学校を休むなど行動を自粛している場合なども、顧問に報告の上、練習を休むこと。
- ・練習前、練習後には必ず石鹸で手を洗う。
- ・練習中も、水分補給と共に手洗い・うがいをこまめに行う。
- ・練習中、それ以外の場面も含め、周囲の人とできるだけ2 m以上の距離をあける。
- ・強度が強い運動は呼気が激しくなるため、より一層距離をあける。
- ・タオルを共有しないこと。
- ・水筒やコップを共有（まわし飲み等）しないこと。飲み物は自分で用意するか、水飲み場を利用する。
- ・活動後は、野球道具および、グラウンド整備用品の消毒を行う。

2. 公式戦や練習試合に関する注意事項

- ・全日本軟式野球連盟のガイドラインに沿って練習、試合等を行う。
<https://www.jsta.or.jp/topics/2020/06/12599.html>
- ・公共の交通機関を利用する場合は、必ずマスクを着用する。マスクは予備を用意する。
- ・飲み物は、ジャグは使用せず、各自で用意する。水筒の中身が無くなった場合に備え、スポーツドリンクの粉末や、麦茶のパックなどを用意することを推奨する。
- ・その他は、「東京都中学校体育連盟野球部 新型コロナウイルス感染防止対応策」（別紙）を遵守する。

以上