

神奈川県小学生バレーボール連盟  
新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止ガイドライン

令和2年7月19日 改訂

**【基本】**

- 3密（密閉・密接・密集）を避ける。
  - 洗面所に手洗い石鹸を設置する。
  - 手指消毒ができるアルコールを設置する。
  - 基本的にマスクを着ける。
  - 人同士の距離（1～2メートル）をとる。
  - 検温を行い練習前に体調の報告。
  - 換気を常に行う。
  - 熱中症に注意する。
  - 大声は出さない。
  - 参加名簿の作成。
- 以上の事を遵守し活動などを行う。

**【練習再開前】**

- チームの練習が再開するまでに自宅や広場で自主練習やトレーニングをして体力の回復を務めること。

**【練習】**

- 学校開放が始まり練習再開にあたり選手の体力を考慮し初めは練習時間を短くして徐々に体を慣らしていく。また、練習日の間隔も通常に戻すのではなく徐々に再開すること。
- 体育館での練習は、なるべく人数が少ない状態で行う。
- 選手同士が接触しないような練習を工夫する。手をつなぐ、腕を組むなどは避ける。
- 大きな声を出して練習しない。指導者は「声が小さい」など叱咤的なことを必要以上に大きな声で言わない。
- 練習前には参加するすべての人は必ず自宅で検温をしてから参加する。風邪気味や体温が高い時は練習に参加しない。
- 汗ふき用のタオルは個人用とし、共用はしない。
- 飲み物は個人の水筒やボトルを使用して、共用しない。また、ボトルは個人が管理し一緒の場所（クーラーバック）に保管しない。給水は選手同士が離れた場所で行う。
- 指導者は、選手との身体的距離を守り、指示は短めにする。
- 練習中、練習後は必ず手洗いを行う。

- 活動中はマスクを着用しなくてもよい。
- 熱中症対策も忘れずに行う。水分補給や休憩などをこまめに行う。
- 体育館は換気のため窓や扉を開ける。換気が出来ない場合は練習を行わない。
- 当面は宿泊を伴う練習は行わない。
- 使用した道具は消毒をする。
- 指導者は練習場での選手の体調管理を行うこと。
- 救急用具（嘔吐物処理含む）を必ず用意する。
- 使用する体育館により状況が違うので体育館管理者の指示に従う。

## 【練習試合・試合】

- 他チームと練習試合や対外試合・練習会は施設管理者の指示に従い活動すること。
- 都県をまたいで練習試合に出かけたり、ほかの都県チームを誘うのは自粛する。
- 1チームの人数をできる限り少なめにする。試合に出ない選手などは参加させない。
- 応援の保護者の人数も必要最低限にする。保護者はマスクを着用し、大声での応援はしない。
- 指導者はベンチでマスクを着用し、大きな声を出して指導しない。
- タイムアウトやセット間等での指導者の話は身体的距離を守る。
- 行き帰りに交通機関（公共交通機関または車）を利用する場合、マスクを着用し、おしゃべりはしない。
- 会場校はトイレや体育館の入り口にアルコール等による消毒液を設置する。
- 昼食時は、選手同士の距離を空け、対面での飲食は避けて、静かに食べる。  
(練習時も同様)
- 試合のない時は選手もマスクを着用する。
- 指導者の話は、身体的距離を守り、マスクを着用し、短めにする。
- 体育館は換気のため、窓や扉を開けておく。換気が出来ない場合は自粛する。
- 熱中症対策も忘れない。水分の補給やこまめな休憩を行う。
- 試合会場へ出入りした全員（選手・保護者・指導者）の連絡が取れる名簿を作成する。
- 近隣の医療機関は必ず事前に調べておく。
- 審判を行う時はなるべく電子ホイッスルを使用する。