

部活動の再開に関する注意事項

1. 運動部・文化部の活動に共通する事項

- 発熱や風邪症状がある場合は参加しないようにしましょう。
活動中であっても体調に不調を感じた場合は無理をせず直ぐに活動をやめるとともに、顧問等に伝えるようにしましょう。
- できる限り生徒同士及び顧問と近距離での会話や発声、高唱を避けるようにしましょう。
密集・密接・密閉の状態では、大きな声での発声、応援等をしないようにしましょう。
- 活動中及び活動前後等においても、できる限り密度を下げ、不要な接触を避けるようにしましょう。
準備や片づけの際は、出来る限り少ない人数で行い、会話は必要最低限とするようにしましょう。
- 室内での活動は、体育館等の広く天井の高い場所でも、可能な限り常時換気を行うようにしましょう。(2方向以上の窓等を同時に開ける、換気扇や扇風機を活用する等)。
エアコン使用時など常時換気が困難な場合は、30分～1時間に1回(5～10分程度)の換気を行うようにしましょう。
- 屋内での活動は、十分な身体的距離を確保するようにしましょう。
また、多数の生徒が集まり呼気が激しくなるような運動や大声を出すような活動は避けるようにしましょう。
- 器具や用具を共用する場合は、使用前後に手洗いをするようにしましょう。また、活動中は目、鼻、口を触らないようにするようにしましょう。
- 熱中症対策も必要なことから、気温の高くない時期であっても、活動前後、活動中には水分補給をするなど、十分注意するようにしましょう。
水分補給用のコップやボトル、タオルなどについては、共用しないようにしましょう。

2. 運動部活動における注意点

- 運動中にマスクを着用する必要はないですが、着替え時等の運動を行っていない時やミーティング等をする際にはマスクを着用するようにしましょう。
※運動中もマスクを着用することを希望する場合は、着用(医療用、産業用マスクを除く)を否定するものではないが、着用時に呼吸が苦しくなった場合は、活動を中止し必要に応じてマスクを外し、他の生徒との距離を2m以上確保して休憩するようにしましょう。
- 相手と一定時間接触する練習、対人で向き合って行う練習(例、ラグビーのスクラム練習、柔道の乱取り等の対人練習等)については、段階的に接触機会を増やしていくなど、安全な実施に努めるようにしましょう。
- 更衣室等は、定期的に換気するとともに、小グループに分けて短時間で利用するようにしましょう。
教室等を使用するなど、密集した状態とならないよう工夫するようにしましょう。
更衣場所利用の前後に手洗いするようにしましょう。

3. 文化部活動における注意点

- 演奏や合奏、演劇等の練習で、発声したり、息を強く吐き出したり吸ったりする活動を行う場合は、向かい合っただけの活動は避け、少人数で十分に換気を行いながら活動するようにしましょう。
- 近距離での会話や発声が必要な場面も生じうることから、原則マスクを着用するなど、感染防止に努めるようにしましょう。
- できる限り個人の楽器等の用具を使用し、生徒同士の貸し借りはしないようにしましょう。