

体育館等での課外活動再開にあたっての感染症対策マニュアル作成ガイドライン

成蹊大学学生支援事務室学生部

体育館等（大学体育館・南体育館・小体育館・卓球場）での課外活動を希望する団体は以下のフォーマットを必ず踏襲して、且つ各団体の競技特性に応じた感染症対策を加えたマニュアルを作成し、学生部に提出して適否の審査を受けてください。許可された団体のみ活動を認めることとします。

+++++

<はじめに>

成蹊大学++++部は、成蹊大学学生部が提示する対策マニュアルのガイドラインの内容に従い、以下の通り、新型コロナウイルス感染症対策マニュアルを定める。

この対策マニュアルは現役部員だけではなく、活動に参加する OBOG 指導者・外部指導者および入部を希望する新入生全てに及ぶ。

活動再開が許可された際には、各部で作成した対策マニュアルを全部員（指導者を含む）に事前配布し、納得した部員だけが活動に参加すること、上級生は部員に対して活動への参加を決して強制することなく、部員各自の自主的な判断に委ねることと、再開前日までにオンラインで必ずミーティングの機会を設け、対策マニュアルの記載内容を参加した部員全員が遵守することを徹底する。

また責任者、指導者らは部員に対して活動への参加を決して強要してはならず、部員がそれを強要されたと感じる言動を厳に慎む。

<活動再開前の準備>

- ① 部員は活動開始 14 日以上前からの日々の行動について、外出先や接触者を記録し、感染症発生時に備える。
- ② 日頃から石鹸による手指の洗浄とうがいを励行し、手指で目鼻口を触らないよう努める。
- ③ 不要不急の外出を極力控え、公共交通機関の利用もなるべく控えるなどして、日常的に 3 密（密集・密接・密閉）を回避するよう努める。
- ④ 外出時には必ずマスクを着用し、安全な身体的距離（2m 以上）の保持に努める。
- ⑤ 来校 14 日前から毎日 1 回以上の検温を行うとともに、咳や咽頭痛、悪寒などの風邪症状の有無などをチェックすること。
- ⑥ 発熱や風症状など体調不良がある場合は、薬剤を使用していない状態で、解熱（37.5℃未滿）後、及び症状の消失後に少なくとも 3 日が経過していること。

<日々の体調管理>

- ① 毎日 1 回以上の検温を行うとともに、咳や咽頭痛、悪寒などの風邪症状有無などをチェ

ックし、添付の健康管理表を使用して、団体として部員の健康を管理する。（主将などが健康管理責任者として管理を一元化することが望ましい）

※指導者ほか練習に参加する全員が同様に体調記録、感染防止のための行動を励行する。

- ② 規則正しく食事を摂取し、毎日十分な睡眠をとる。
- ③ 日々の体調管理とは別に、部員一人一人が日記のような形で行動記録をつけ、万一感染者が出た場合に、その日の行動や経路を追えるようにする。

<道具などの衛生対策>

- ① 競技球以外の道具の共用は極力避けることとし、止むを得ず共用せざるを得ない道具は、高濃度アルコール（70%以上）液を使用して消毒して使用する。
- ② 体育館等出入口のドアノブや机、椅子など、共有して触れる箇所についても使用前と使用後に必ずアルコール消毒をする。

<活動時の感染症予防策>

- ① 活動する場所は活動期間中を通じて同じ場所とする。
- ② 活動に参加する人数は使用する建物フロア定員のおおよそ 1/5 以内（以下に床面積を記載）とし、お互いの間隔が 2m 以上とれるよう確保する。

大学体育館	半面	800 m ²
小体育館		640 m ²
南体育館	2 階	216 m ²
南体育科	3 階	291 m ²
卓球場		274 m ²
- ③ 大学体育館の更衣室・シャワー室については大学が定期的（月～土の朝 1 回）に清掃と消毒を行うが、利用者も各自で身体が触れる部分の消毒を行うなど感染防止に努める。使用する際には入室する人数制限と時間制限を別途設ける。
- ④ いずれの体育館のフロアについても使用団体が自ら清掃、消毒作業をすることとする。
- ⑤ 大学体育館のトレーニング室については大学が定期的（月～土の朝 1 回）に清掃を行うが、身体が振れる部分の消毒は利用者各自で行うなど感染防止に努める。
- ⑥ 建物に入る前には必ず石鹸による手洗いとうがいをを行う。また活動中のトイレ使用後にも必ず石鹸による手洗いを行う。
- ⑦ 活動の参加者全員がマスクを着用する。但し熱中症対策のために適宜マスクを外して活動しても良いこととするが、息苦しきの少ない市販のスポーツ用マスクを用意するなど努める。その場合、声を出しての指示は 3m 以上離れて行う。
- ⑧ 練習場所では換気扇を作動させるほかに可能な限り窓や扉を開放し、また大型ファンを使用するなどして換気の徹底を図る。
- ⑨ 練習前後に必ず利用者自らがフロアのモップ掛け清掃を行う。特に激しく使用した箇所はアルコールでの消毒が望ましい。
- ⑩ 部室に出入りする場合は以下の対策を遵守する。
人数制限（5 名以内）・時間制限（最大 10 分以内）・窓開け換気・マスク着用・余計な

会話禁止・手指で触れる部分の消毒

- ⑪ 熱中症対策として、練習の前後には十分な水分を摂取し、適度に休憩をとる。
- ⑫ 飲料水や氷、タオルなどは決して共用してはならず、各自で用意し、誤用・誤飲を避けるため記名やマーキングをするなどの工夫をする。
- ⑬ 活動の際に出たごみは、各自が自分で用意したビニール袋にまとめ、持ち帰るかごみ箱に捨てる。
- ⑭ 入部や見学を希望する新入生がいる場合は新入生の名前を確認し、対策マニュアルの内容を説明し、了解を得たうえで参加を可とする。
- ⑮ 当日参加した OBOG 指導者の名前と連絡先も部として管理する。

<段階的な練習計画>

例) 暑熱順化も合わせた段階的な練習計画を明記する。

- ① ステップ1 最初の1週間～10日間
- ② ステップ2 次の1週間～10日間
- ③ ステップ3 次の1週間～10日間
- ④ ステップ4 次の1週間～10日間
- ⑤ ステップ5 次の1週間～10日間

<感染の疑いがある部員が発生した場合の対応手順>

- ①感染者が出た場合にはただちに活動を停止し、保健所と大学に連絡し、指示を受けるところとする。
- ②感染の疑いがあるものが出た場合は大学保健室のフローに従う。
⇒ <https://www.seikei.ac.jp/university/campuslife/hoken/>
- ③発熱や風邪症状など体調不良がある場合は、薬剤を使用していない状態で、解熱（37.5℃未満）後、および症状の消失後に、少なくとも3日が経過していることを条件に練習復帰を許可する。

以上