

## スクール（クラブ）として取組んで頂きたい内容

### <スクール・クラブ全体のスタンス>

- ① 練習場所には少なくとも一箇所以上アルコール消毒液を設置。  
(学年ごとの救急箱に携帯用があれば理想)
- ② 週休日は土曜日、日曜日のいずれか1日とする。平日に行う場合は連続しない2日間を限度とする。(休日も含め、週3日は超えない活動)
- ③ 1日の練習時間は準備・整理運動も含めて90分以内とする。
- ④ スピード検温器を準備する。(ネットで買える)
- ⑤ グラウンドは学年で時間を調整して、できるだけ広く使う。  
(可能な限り「密」にならないように)
- ⑥ 当分の間、対外試合は行わない。
- ⑦ 当分、イベント・行事等はしない。  
(特に飲食を伴うものは不可)
- ⑧ 合宿は少人数でも行わない。(県協会かの要請で夏合宿は中止)
- ⑨ 指導員、保護者(随伴者を含む)は必ずマスクを着用する。
- ⑩ 風邪の症状のある時は、生徒に限らず指導員、保護者も練習に参加しない。
- ⑪ 保護者やグラウンド管理者と連絡を密にし、常に情報の収集をおこたらない。
- ⑫ 全てのスクール構成員は、不幸にしてコロナ感染の疑いのある場合は直ちにその詳細をスクールに報告する。

### <保護者・家庭について>

- ① 練習観覧時はソーシャルディスタンスを遵守し、必ずマスクを着用する。大声で子供を叱ったり、激励しない。
- ② 我が子以外にも普段と異なる状態の子供を見かけたら、すぐに最寄りの指導員に連絡する。
- ③ 子供の送迎時は素早く行動し、他の保護者との会話は手短かに済ませる。
- ④ 練習開始前や終了後に不要不急の寄り道をしない。
- ⑤ 練習後帰宅すれば、手、指の洗浄、うがいはもとより、できるだけ早くシャワーを浴びさせる。
- ⑥ 練習着(ジャージ、Tシャツ、パンツ、ストッキング、ヘッドキャップ)は帰宅後すぐに洗濯し、シューズ、スパイク、マウスガードも忘れずに。  
地域や学校での情勢の変化があれば、必要な範囲でスクールやクラブに連絡する

## <練習について>

- ① 練習再開時はいきなり高度の練習は行わない。運動不足の身体をほぐしながら、以前の体力に戻すことを目指す。
- ② 練習開始前、発熱の有無や体調不良等をチェック。  
(保護者に些細なことでも報告してもらう)
- ③ ボール、空気入れ、タグ、ビブス、コーン、タックルバッグ等の用具のアルコール消毒をする。
- ④ 練習開始時、終了時の手指のアルコール消毒の徹底。  
但し、アルコール等でアレルギーがある場合は、その保護者に対応を依頼する
- ⑤ 生徒を集めての大声での点呼はとらない。(視認する)
- ⑥ 練習直前までマスクを着用する。終了後も速やかに再着用する。
- ⑦ 練習前日は早く寝て、体力保持に努める。
- ⑧ 整列時には少なくとも前後左右、両手を伸ばした間隔を空ける。
- ⑨ 練習時も列や前後などの間隔を空け、「密」を避ける。
- ⑩ 給水は給水ボトルは避けて、個人の水筒にする。
- ⑪ 飲料水は密閉し、他人に飲ませたり、他人の物を飲んだりしない。
- ⑫ 休憩は学年別に調整し、重ならないようにして「密」を避ける。
- ⑬ 休憩時にふざけ合ったり、大声でわめき合ったりしない。
- ⑭ タオル、ハンカチ、笛等の共用はしない。笛は必要以上に強く吹かない。
- ⑮ 当分の間、スクラム、モールを組む練習はしない。
- ⑯ 低学年のタグも、当分の間取り合わない。
- ⑰ 人が持つ(コーチを含む)タックルバッグへ向けてのタックル練習はしない。  
(生タックルはもちろん禁止)
- ⑱ デイフェンスを置く時は、ポールやコーンを利用、目安とする。
- ⑲ 試合形式の練習は、極力避ける。(コンタクトを含む場合は禁止)
- ⑳ グランドにつばや痰を吐かない
- ㉑ 熱中症はコロナの初期症状とほとんどよく似ているので、見逃さないようによく観察する。  
(少しでも兆候が見られたら、直ちに休憩をとらせる。場合によっては、救急車を呼ぶことを躊躇しない。)