

一般の部・壮年の部 練習 & 交流戦について

2020年7月6日 稲城市サッカー連盟

緊急事態宣言の解除に伴い、去る6月1日から稲城市スポーツ施設の一部の使用が再開されました。稲城市サッカー連盟においても、活動を徐々に再開していきます。自粛による運動不足で怪我や熱中症が懸念されますが、まずは、チーム単位の練習 & 交流戦を開催します。新型コロナウイルスの感染拡大防止策を守り、参加をお願いします。

残念ながら、新型コロナウイルスの感染拡大は継続しています。
これに加え、運動不足に起因する怪我、熱中症が懸念されます。
あせらず、徐々に活動を拡大していきましょう！

1. 練習 & 交流戦 実施要項

日時：2020年7月12日(日) **9:00~15:00**

場所：稲城総合グラウンド

参加費：2000円/チーム

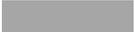
スケジュール：

No.	使用時間		グラウンド	
	開始	終了	左側	右側
1	9:30	10:55	Jupiter	NSB
2			アマレーラ	チェリーブー
3	11:00	12:25	坂浜トパーズ	サンデートス
4			MEC	CIELO
5	12:30	14:30	高橋SC(壮年)	高橋SC(一般)
6			稲城Poiers	エコプラン
7			P.T.C.F	Topfgeist

実施内容：

- (1)グラウンド半面でチーム単位の練習を行う。
- (2)練習後、左側、右側チームで交流戦を行う。
交流戦の時間や実施方法はチーム間で決める。

※壮年の部は昨年の市民大会の順位で
チームを割り振りました。

 : 不参加チーム

※不参加チームが多いので、時間を短縮して実施します。

※また、参加チームも参加人数が少ないので、チーム混合で実施します。

2. 参加条件

- (1) 市内団体に選手登録(2020年スポーツ大会)されている方
- (2) 選手登録外の方は、事前に一般(長谷沢)、壮年(安澤)へ氏名・年齢・TELを通知し了解を得た場合
- (3) 健康チェックシートを提出した方
- (4) 健康チェックシートで異常項目がない方

3. 参加者への注意事項

- ・ソーシャルディスタンスを確保する。 ※着替えのときも同様（約2m）
- ・近距離での会話を避ける。
- ・手洗いうがいを徹底する。（練習前・練習後・トイレ利用後などに行う）
- ・荷物は指定の場所に置く。
- ・更衣室、シャワー室は利用しない。
- ・ピッチ内で唾、口に入れた飲み物をはかない。 ※うがいは水場で行う。
- ・自分で用意した飲み物以外は飲まない。
- ・練習、試合時以外は、極力マスクを着用する。
- ・目、口を手で触れない。
- ・公共の交通機関利用時はラッシュ時や混んでいる車両を避ける。 ※利用後は手洗いうがいをする。

4. チームへの依頼事項

- ・手洗いに使用する石鹸やアルコール消毒液をチームで用意してください。
- ・選手以外の参加は不可とします。 ※見学であってもご家族の参加はできません。 ※観客席への入場は禁止。
- ・注意事項および「基本的な考え方」「活動を再開する上での留意点」「スポーツ施設利用にあたっての利用ルール」をチーム内で周知し、厳守願います。
- ・参加者に添付の「総合グラウンド 利用者健康チェックシート」を配り、記入・持参を依頼してください。
本日の体温は、グラウンド管理人が計りますので、家で記入する必要はありません。
- ・熱中症が懸念されます。熱中症対策(氷、水等)の共用は不可ですので、参加者各自で準備するよう依頼してください。
- ・各チームの活動において一人でも新型コロナウイルスの罹患者が発生した場合は、自チームだけでなくサッカー連盟全体の責任となります。また、使用した施設は、使用中止・消毒等が行われ、他の利用者および団体に多大な迷惑をかけることとなります。
各自の安易な判断は控えていただくよう、安全第一をチーム内に徹底願います。
少しでも体に違和感があるときは休みましょう。

以上

■ 基本的な考え方 「スポーツイベントの再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」 公益財団法人日本スポーツ協会（令和2年5月14日）

- 比較的少人数のものも含め、クラスターが発生するおそれがあるスポーツイベントについては、引き続き、都道府県知事からの自粛要請等に基づき適切に対応することが求められます。
- 一方、比較的少人数が参加するスポーツイベントについては、地域の感染状況等も踏まえて、都道府県知事がイベントの開催制限の解除等の対応をとることが考えられます。この場合は、適切な感染防止対策を講じた上で実施することが可能です。
- 比較的少人数のイベントであったとしても、イベントを開催するためには、以下のような条件を満たす必要があります。
 - ① 三つの密（密閉、密集、密接）の発生が原則想定されないこと（人と人との間隔はできるだけ2 mを目安に）
 - ② 大声での発声、歌唱や声援、又は近接した距離での会話等が原則想定されないこと
 - ③ その他、必要に応じて、適切な感染防止対策（入場者の制限や誘導、手指の消毒設備の設置、マスクの着用、室内の換気等）が講じられること

■ 活動を再開する上での留意点

★ 体調チェックの励行

毎日体調チェックを行い、下記に該当する場合は参加を見合わせるようにしましょう

- ▶ 体調がよくない場合及び前2週間における異常な症状がある場合（例：発熱・咳・咽頭痛・臭覚・味覚の異常などの症状がある場合）
- ▶ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- ▶ 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

★ 3つの密を回避

トレーニング・あるいはその前後のミーティングにおいても、三つの密を避けましょう

- ▶ 活動中・それ以外の間も含め、周囲の人となるべく距離（※）を空けることを心がけましょう（介助者や誘導者の必要な場合を除く）
- ▶ 強度が高い運動・スポーツの場合は、呼気が激しくなるため、より一層距離を空けることが重要です
- ▶ 走るトレーニングにおいては、前の人の呼気の影響を避けるため、可能であれば前後一直線に並ぶことを避けましょう

★ 感染予防意識の徹底

新しい生活様式にのっとり感染予防の意識を持ちましょう

- ▶ マスク持参のうえ、移動時や着替え時等のスポーツ活動以外の際にはできるだけマスクを着用しましょう
- ▶ こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施しましょう
- ▶ 運動・スポーツ中に、唾や痰をかくことは極力行わないようにしましょう
- ▶ プレー中に必要以上に大きな声で会話や応援等はしばらくの間我慢しましょう
- ▶ タオル・ペットボトルなどの共有は避けましょう
- ▶ 飲食については指定場所で、対面を避け距離も考えましょう（飲みきれなかったドリンク等を指定場所以外に捨てないこと）

※トレーニング・ゲーム終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、指導者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告させ、指導者は各FA（施設管理者）へ連絡を行って下さい（行政機関による調査への協力）