

部活動中のコロナ対策

石巻市立河南東中学校

(活動場所)

- 屋内で活動の際、換気は、2方向のそれぞれの窓を広く開けて行うようにする。
- 窓のない部屋で活動する際、常時、入り口のドアを開けておく。
- 体育館のような広く天井が高い部屋での活動も、常時換気する。
- 近距離での接触や向かい合った発声や演奏は避ける。
- 部室や更衣室の一斉利用はしない。
- 全活動場所（美術室、音楽室、体育館、武道場）に手指消毒用のアルコールを設置。

(活動中)

- 活動前には、手洗いうがいと手指の消毒を必ず行う。(各部&各活動場所に設置済み)
- 感染の要因の一つに、物品の共用による接触感染があるため、用具や物品の共用は避けて活動させることが望ましい。共用を避けるのが難しいものについては、使用後に必ず手洗いさせる。
- 活動中は原則、マスクを着用。ただし、マスクを着用して運動をすると、通常よりも心肺機能に負荷がかかるため、活動内容は十分注意する。
- やむを得ずマスクを外さなければならない場合、以下のように距離をとらせる。
 - * その場での個人練習などは、2m以上距離をとって行う。
 - * ジョギングやランニングは、約10m、ウォーキングは約5m距離をあけることが望ましい。
- マスクをしたまま運動をすると、通常よりのどの渴きを感じにくく、脱水症状になり得るため、こまめに水分をとらせるようにする。
- 土日や休日の活動も同様の対応を行う。

- 参考：①「新型コロナウイルス感染症の拡大防止と運動・スポーツの実施について」
スポーツ庁健康スポーツ課
- ②「学校再開に向けて コロナウイルス感染症対応について」
文科省通知