

大会・合宿に参加される方へ

- ※ 参加当日、健康チェックシートを提出してください。
- ※ 参加にあたっては、下記のルールを遵守してください。

## 2022-23 大会・合宿に係る新型コロナウイルス感染症対策について

滋賀県スキー連盟 競技部

〇はじめに

新型コロナウイルスの感染を最大限に阻止しながら大会・合宿を運営するためには、選手、指導者、保護者、スタッフ全ての方の理解と協力が必要です。残念ながら、感染のリスクはゼロではないため、ひとり一人が自覚と責任をもって自己防衛をすることが重要です。自己防衛は、家族や仲間を守ることもつながるため、「自分は大丈夫」の考え方は捨て、すべての人が新型コロナウイルスの特性を正しく理解し、感染防止に努めてください。

〇新型コロナウイルス感染症の基本事項

新型コロナウイルスの感染経路は、くしゃみや喀痰などの飛沫が目や鼻、口などの粘膜に付着したり、呼吸器に入ることによって感染する飛沫感染が主体と考えられています。また、喀痰や鼻水などの体液およびそれらで汚染された環境に触った手で目や鼻、口などの粘膜に触れることによって感染する接触感染もあるため、この2つの経路の感染予防策を徹底してください。

〇選手・関係者の皆様に守っていただきたい事

### 1. マスクの着用について

- ①選手は大会中、トレーニング中、ウォーミングアップ、クールダウン時を除いて、常時マスクを装着してください。（屋外においては防寒、暴風のためのフェイスマスクやネックウォーマー等でも可。待機時間や休憩等屋内で過ごす際にはマスクが望ましい）
- ②ウォーミングアップ後やトレーニング直後、呼吸が落ち着くまでマスクは装着しなくても良いが、荒い呼吸は飛沫が多くなり感染リスクが増大するため、対人距離や咳エチケットに留意してください。
- ③コーチおよびスタート地点のスタッフ等、選手の近くで活動する者は常時マスクを着用してください。マスクを外した選手と会話することで目の粘膜に飛沫が飛ぶ可能性を考慮し、フェイスガードやゴーグル、サングラス等も装着することが望ましいと考えられます。
- ④マスクが汚染や水濡れ等で使用できなくなることを考慮し、替えを持参してください。
- ⑤使用済のマスクは会場で破棄せず、自身で持ち帰ってください。

### 2. 手指消毒について

- ①更衣室、トイレ、洗面所等各エリアに出入りする前後での手洗い・手指消毒を行ってください。
- ②競技用の手袋を装着しながら共用物に触れると予想されるため、手袋を装着したまま顔には触れないよう注意してください。（接触感染予防）
- ③目、口、鼻の粘膜からの感染リスクがあるため、ゴーグルやフェイスマスク、ヘルメットは清潔に

管理し、装着前後で手指消毒を行ってください。

④トレーニング中にスキー板やボード、ウェアに飛沫が付着している可能性があるため、着脱前後で手指消毒を行ってください。特に手袋着脱前後は注意してください。

⑤共用物（ドアの取手、自販機のボタン、椅子、テーブル等）に触れる前、触れた後は手指消毒を行ってください。

### 3. 大会・合宿参加前の健康管理について

大会・合宿前14日間において以下のいずれかの事項に該当する場合は参加を見合わせてください。

- ・発熱(37.5℃以上)を認める。
- ・せき、のどの痛みなど風邪の症状がある。
- ・だるさ(倦怠感)や息苦しさ(呼吸困難)がある。
- ・嗅覚や味覚の異常がある。
- ・体が重く感じる、疲れやすい等の症状がある
- ・新型コロナウイルス感染者との濃厚接触歴がある。
- ・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる。
- ・合宿14日前まで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、地域等への渡航歴がある、または当該在住者との濃厚接触歴がある。

※別紙「健康チェックシート」を合宿14日前から記入し、上記該当がない者のみ、用紙を提出し、大会・合宿に参加してください。

### 4. その他合宿の留意事項について

①大声での会話や指導は避け、常に1~2mの対人距離をとって行動してください。

②大会・合宿での検温にて発熱が認められた場合は、スタッフの指示に従ってください。

③大会・合宿前に体調不良となった場合は、参加せず帰宅するか、判断に迷う場合は参加受付時のスタッフに申告してください。

④大会・合宿中に体調不良となった場合は、速やかにスタッフに申告し、移動せずにその場で指示を待ってください。

⑤宿舎およびトレーニング会場への頻繁な入退場は控えてください。

⑥会場の使用禁止エリアへの立ち入りはしないでください。(合宿前後での消毒範囲や、終了後に陽性者が発生した場合の接触部位特定に影響を及ぼすため)

⑦私物は可能な限り持参した袋に入れて管理してください。

(目の届かない間に他者の飛沫がかかったり、自身の飛沫が付着した私物で環境を汚染するリスクを最小限にするため)

⑧選手は、自分の試合・トレーニング終了後、速やかに退場してください。

⑨大会・合宿中、集合しての打ち上げやミーティングは禁止とします。

⑩合宿主催者・施設管理者が定めたその他の措置・指示に従ってください。

### 5. 合宿参加後について

合宿参加後、2週間以内に体調不良となり「新型コロナウイルス感染症」の疑いが生じた、または発症した場合、速やかに滋賀県スキー連盟 八軒 徹(携帯:090-5669-9568)まで連絡してください。

# 健康チェックシート

滋賀県スキー連盟競技部

提出日 令和 年 月 日

合宿名		※〇印をつけてください。  選手 ・ コーチ  スタッフ等
会場		
参加日	令和 年 月 日 ( ) ~ 令和 年 月 日 ( )	

※選手・コーチ・スタッフ等 全関係者を対象とします。

氏名		生年月日	年 月 日 ( 歳)
住所	〒	所属	
電話番号		Eメール	

**記入方法**

- ・合宿14日前から健康チェックを行い、該当する箇所がある場合は、「〇」を付けてください。  
(症状がない場合は日付のみ記入) また、体温(0.1℃単位)を測定し、記入してください。
- ・合宿当日の受付にて提出をお願いいたします。

チェック項目	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
咳・喉の痛みなどの風邪の症状がある														
倦怠感・呼吸困難がある														
嗅覚・味覚に異常がある														
体が重く感じる、疲れやすい														
新型コロナウイルス感染者と濃厚接触がある														
同居家族や身近な知人等に感染が疑われる者がいる														
合宿2週間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への渡航または、該当者と濃厚接触がある														
体温														

当日の体温 ( / )	℃	当日の体温 ( / )	℃	当日の体温 ( / )	℃
----------------	---	----------------	---	----------------	---

本健康チェックシートは、合宿において新型コロナウイルス感染拡大防止のために、参加者の皆さまの健康状態を確認することを目的としています。記入いただいた個人情報については、厳選なる管理のもとに保管し、健康状態の把握、来場可否の判断および必要なご連絡のためにのみ利用いたします。また、個人情報保護法等の法令において認められる場合を除き、ご本人の同意を得ずに第三者に提供いたしません。ただし、合宿会場にて感染症患者またはその疑いのある方が発見された場合に必要範囲で保険所等に提供することがあります。