

男子ソフトテニス部 感染症対策

1, 感染症予防対策等

○共通事項

- ・ 顧問が不在の場合は、練習を行わない。
- ・ 活動開始前に検温と健康観察を行い、体調不良者は見学も含め練習に参加させない。
- ・ 活動前、活動中、活動後、消毒用アルコールを利用して消毒を徹底する。
- ・ 器具等も活動前後、消毒用アルコールで消毒を徹底する。

○部独自の事項

- ・ 部室に行く前に検温し、発熱や体調不良の人は練習には参加しない。
- ・ 部室の使用は一度に入る人数は最大3名までとし、会話は控え部室内で留まらない。
- ・ ゴミ箱の撤収。各自ゴミは持ち帰る（小さいビニール袋を用意）
- ・ スポーツマスクも可（熱中症予防に配慮）
- ・ 休憩は30分毎に取り、手指消毒後に水分補給を行う。
- ・ 飲み物は各自で用意し、共有しない。
- ・ ラケット等、自分のものは自分で管理する。
- ・ ハイタッチ禁止。練習中近距離になる時は無発声を意識する。

2, 活動計画

【学校再開から5月14日（金）】

- ・ 学校での活動は休止。自宅で個人別トレーニングを行う。

【5月15日（土）から21日（金）】

- ・ **練習時間は、平日1時間以内、休日2時間以内とする**
- ・ 活動再開直後は過度な負担になる練習は行わない。
- ・ 練習前後はマスクの着用を徹底する。
- ・ 練習により密にならないように内容を考える（コート内、外で練習者をわける等）
- ・ 各自の体調等をみながら、基礎練習や個人練習を行う。

【5月22日（土）から総体終了まで】

- ・ **練習時間は平日2時間以内、休日3時間以内とする。**
- ・ 練習前後はマスクの着用を徹底する。
- ・ 練習により密にならないように内容を考える（コート内、外で練習者をわける等）
- ・ 試合を想定した練習内容を行う。