

※赤字部分を修正 (改) 2020年6月11日

2020年6月8日

保護者、指導員の皆様

吹田ラグビースクール

### 練習における留意事項について

日頃より吹田ラグビースクールの活動に、ご理解ご協力をいただき誠にありがとうございます。  
6月7日(日)からスクール活動を再開し、今週末より練習を開始いたします。  
つきましては、改めて練習における留意事項をお伝えいたします。何卒、ご理解ご協力をよろしく  
お願い申し上げます。

#### 記

#### 1. 6月中の練習予定について(再掲)

・6月13日(土)より、学年ごとに曜日と時間帯を分けて練習を行います。

##### 【高学年(4年生～中学部)】

原則、週に1回(土曜日:6月13日、20日、27日)

(日曜日:21日)

##### 【低学年(幼年～3年生)】

原則、週に1回(日曜日:6月14日、21日、28日)

※兄弟姉妹で日程、時間帯が異なる場合もあると思いますが、対象の練習以外での止むを得ない場合以外の同伴は避けてください。(子ども同士で近づかないようにお願いします)

※他スクールとの入れ替わりを考慮し、一部練習時間を変更します。また、入場時の検温準備等がありますので、9時練習開始時は8時45分、13時45分練習開始時は13時30分からそれぞれ入場可能とさせていただきます。時間厳守でお願いします。

(特に終了時間には余裕をもって切り上げてください。よろしくお願いします。)

日付	曜日	時間帯	少年球技場			運動場
			サブ	メイン		
				半面ずつ	全面	
6/13	土	13:45～15:15	4年生	5年生・6年生		
		15:15～16:45			中学部	
6/14	日	9:00～10:30	幼年		2年生	
		10:30～12:00	1年生		3年生	
6/20	土	13:45～15:15	4年生	5年生・6年生		
		15:15～16:45			中学部	
6/21	日	9:00～10:30	幼年		1～3年生	
		9:00～12:00			4～6年生	
		13:00～16:00			中学部	
6/27	土	13:45～15:15	4年生	5年生・6年生		
		15:15～16:45			中学部	
6/28	日	9:00～10:30	幼年		1～3年生	

尚、7月以降につきましては運営・練習状況をみながら決めていきます。

## 2. 安全対策について

### 体調チェック（家庭での体温チェックとグラウンド入場時の検温）

- ・各家庭で必ず検温し、37.5℃以上の家族がいる場合は練習参加の自粛をお願いします。（37.5℃以上の熱がなくても体調が優れない等の場合は参加自粛をお願いします。）
- ・入場時に非接触型体温計で測定します。検温するまではグラウンドへの入場は不可とします。
- ・測定時、37.5℃以上の場合は入場不可とします。（念のため、複数の体温計でも測定します。）  
→入場不可の場合、各学年主任（主任不在時は代理）より保護者の方へお迎え等や帰宅させる旨の連絡を入れさせていただきます。連絡がつくようにお願いします。
- ・生徒の健康状態は健康手帳でチェックします。**必ず各ご家庭で保護者が記入**してください。
- ・指導員や保護者、同伴される方の健康状態は「参加者リスト」で確認します。各学年の担当指導員より参加者リストへの記名をお願いします。入場される全員の方の記名をお願いします。
- ・入場時の検温実施後、グラウンドに出入りする方は入り口付近にて「再入場許可証」をお渡しすることで再検温を省略します。「再入場許可証」がない場合は再検温しますのでご了承ください。

### 練習開始時・終了時

- ・原則、マスクを着用してください。（指導員、保護者、生徒）
- ・集合する際、2m以上の距離を確保し荷物を置くようにしてください。指導員だけでは目が行き届かない場合もあります。保護者からの声かけもよろしくお願いします。
- ・練習が始まるまではボールを出さず、子ども同士で遊びださないようにしてください。
- ・整列してあいさつする際、横との距離は両手を広げた幅を取ってください。無理な場合は2列等にして前後の距離も2m以上離れてください。
- ・指導員と生徒等の対面でのあいさつは2m以上離れて実施してください。
- ・練習終了後の共用手洗い場での手洗い・うがいは禁止することとします。（蛇口の共同利用や吐き水による感染を防止するためです。）  
→代わりに各ご家庭よりウェットティッシュまたは濡らしたタオルを持参いただき、手を拭けるようにご準備ください。（生徒同士での貸し借りは厳禁です。）
- ・トイレの手洗い場は自動で水が出ますので、そのまま手洗いをしてください。またトイレ出口にアルコール消毒液を配備して利用できるようにします。
- ・練習終了後、保護者や生徒同士で近づくことなくグラウンドから速やかに退出してください。

### 練習時

- ・生徒のマスク着用は対象外とします。外したマスクは袋に入れ、各自で保管してください。
- ・指導員、保護者は必ずマスクを着用し、隣の方とは2m以上の距離を保ってください。
- ・ウォーターボトル及び水嚢は必ず個人のものを利用してください。（共用での利用は厳禁です。）
- ・握手、手をたたく、抱き合う、一緒に集まって励まし合うことは避けてください。
- ・準備運動等以外の練習は10人未満のグループに分け、指導員もそのグループ単位で付き添うようにしてください。また、グループ外のメンバーとの交流（入れ替わり）は回避してください。
- ・準備運動、練習の順番待ちをする際等では2m以上の距離を保つか、同じ方向を向いて斜め後ろで待つようにする等、呼気が極力かからないようにしてください。
- ・6/13（土）～21（日）の練習において、「ハンドリング練習」は同じ方向を向いて行ってください。また、手と手を握ることや体の一部が接触する、アタックとディフェンス向き合う（タッチフット等）練習は避けてください。
- ・指導員が集まるミーティングは2m以上の距離を保ってください。
- ・生徒同士が集まるミーティングは実施しないでください。
- ・唾や痰をはかないでください。
- ・おやつやリカバリー用等、食品はグラウンド内に持ち込まないでください。

## **練習再開メニュー作成における留意点**

- ・10～20分のウォーミングアップを実施してください。
- ・筋疲労や筋肉痛が起きやすい状況になっていることを考慮してください。
- ・疲労困憊するような多量で強度の高い運動を行うことは避けてください。
- ・ケガや病気（喘息等）を持つ生徒については特に配慮してください。
- ・高温多湿な場合等、環境要因に合わせたトレーニングを計画・調整する。
- ・当面、コンタクトが伴う練習は実施しません。コンタクトが伴う練習についてはラグビー協会の指針に基づき再開を検討します。

## **備考**

- ・公共交通機関は極力避け、車での移動をお願いします。（特に遠方から来る生徒）尚、駐車場満車時は公園東駐車場（有料）のご利用をお願いします。
- ・自転車で来られる場合、グラウンド内で自転車を停める間隔を空け、乗り降りする際に密集しないように注意してください。
- ・グラウンドに入る保護者の人数は極力少なくなるようご協力をお願いします。
- ・グラウンドへの入場は練習開始時間の20分前よりも早く来ることがないようにお願いします。（検温のための準備が必要です。早く来られてもグラウンドの外で待っていただくことになり、他スクール関係者や一般の通行者の迷惑にもなります。）
- ・生徒の練習時にマスクを入れる袋を持参させてください。（マスクの汚れを防ぐためです。袋は特に指定はありません。）
- ・練習終了後の手洗いに替わるものとして、ウェットティッシュまたは水で濡らしたタオルを持参させてください。また各家庭に消毒液がある場合も持参をお願いします。
- ・熱中症対策、また練習時のケガに備え、毎回、氷嚢も必ず持たせてください。（感染を防ぐため、共用は厳禁とします。）
- ・スクール関係者（生徒、指導員、保護者）でコロナウイルスの感染が確認された場合には、感染拡大防止の観点からも速やかにスクールまで報告をお願いします。

## **最後に**

前回もお伝えしましたが、スクールとしましてもできる限りの安全対策をして参りますが、この留意点を実行すれば感染しないかと言えば決してそうではありません。まずはルールとして決めたことをみんなで守り、実行していくことが不可欠です。

子どもたちの「ラグビーがしたい」という気持ちを実現するため、運営・指導員、保護者の皆様とが一丸となり、取組んでいきたいと思っております。何卒、ご理解ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

以上