




部・サークル活動に当たってのチェック項目 (2022/03/08)

部・サークル活動の実施に当たっては、毎回、以下の項目をチェックしましょう。

チェックのタイミング	事項	チェック項目
活動開始前	体調管理 (これらに該当する者は参加させない。)	<input type="checkbox"/> 発熱、咳、咽頭痛、味覚・嗅覚異常、倦怠感、息苦しさなどがある参加者はいないか
		<input type="checkbox"/> 同居家族や身近な接触者に感染が疑われる者はいないか
		<input type="checkbox"/> 2週間以内に県外へ出た者はいないか
	感染対策	<input type="checkbox"/> 各競技団体や関係団体の感染対策のガイドラインを確認済みか 
		<input type="checkbox"/> マスクをしているか (運動中は外しても構わない) 
		<input type="checkbox"/> 手洗いはしたか
活動中 	3密の回避	<input type="checkbox"/> 活動場所の換気は十分に行われているか (常時換気ができない場合は、30分ごとに5分間以上換気すること)
		<input type="checkbox"/> 参加者同士の距離は十分に保たれているか (2m以上)
		<input type="checkbox"/> 密接した会話、大声、歌うことなど行わない
	活動中の体調管理	<input type="checkbox"/> 活動場所では、脱水回避のための給水以外の飲食は行わない (給水用ドリンクは参加者間で共用しない)
		<input type="checkbox"/> 室内の活動は90分以内
		<input type="checkbox"/> 体調不良者が出た場合には、速やかに活動を中止し必要な措置をとる
	スポーツにおける留意事項	<input type="checkbox"/> 強度が高い運動・スポーツは、呼吸が激しくなるためより一層の距離を空ける
		<input type="checkbox"/> 強い当たりの接触は当面禁止
		<input type="checkbox"/> 走る場合には、前の人の呼気の影響避けるため、並走するか、10m程度の距離を空ける
		<input type="checkbox"/> 大声での発生や声援、近接した距離での会話は行わない
		<input type="checkbox"/> 運動中は唾や痰をはかない
		<input type="checkbox"/> タオルは共用しない
		<input type="checkbox"/> スポーツドリンクの回し飲みは行わない (マイボトルを用意すること)
		<input type="checkbox"/> 更衣室・シャワー室については、3密がある場合は自粛
	<input type="checkbox"/> 高温・多湿・風がない、日差しが強いといった条件が重なる日は熱中症の発生により注意し、活動時間を短縮したり、日差しが強い時間帯を避けるなどの措置を講じる	
終了時	消毒	<input type="checkbox"/> 活動終了時には、参加者が使用した道具類や触れた机や椅子、スイッチ、ドアノブなどを消毒する
	ゴミの廃棄	<input type="checkbox"/> 鼻水、唾液などが付いたゴミは、ビニール袋に入れて口を固く結び密閉して所定の場所に廃棄する
帰宅時	感染対策	<input type="checkbox"/> 帰宅したら、すぐに手と顔を洗う。速やかに着替え、シャワー等を浴びる
		<input type="checkbox"/> 使った衣類やタオルは、こまめに洗濯する
その他	宴会・コンパ・会食	<input type="checkbox"/> 宮崎大学長/新型コロナウイルス危機対策本部長が発出する最新の「新型コロナウイルス感染対策について」を遵守する。
	イベントの企画・参加	
	県外移動に伴う行動制限	