

## サークル・部活動等におけるスポーツ施設利用の注意点

スポーツ施設管理センター

和光大学の行動制限・施設使用制限コードレベルⅠにおいて、授業時間外学習活動およびサークル・部活動でスポーツ施設を使用する際には、以下の点に注意し、活動中は遵守してください。

### 1. 使用可能なスポーツ施設

使用可能なスポーツ施設は、第1グラウンド（定員60名）、第2グラウンド（定員30名）、プール（定員20名）、テニスコート（定員30名）、体育館<メインアリーナ（定員60名）、サブアリーナ（定員15名）、ダンス練習室（定員10名）、4階エントランスホール（定員20名）、2階オープンスペース（定員10名、ただしパーティション使用時は使用不可）>、第2体育館（定員30名）です。トレーニング室（定員10名）は、当面の間使用不可とします。使用の際は、各スポーツ施設の定員を遵守してください。

### 2. スポーツ施設の使用可能な時間

当面の間、スポーツ施設の使用可能時間は、土日祝日を除く平日9:00～18:00の間で、かつ授業（雨天時予備教室を含む）で使用していない時間帯とします。1日あたりの活動（作業）時間は、2時間を限度とします（体育館4階エントランスホールの展示は除く）。

### 3. スポーツ施設の使用申請

スポーツ施設の予約は、代表者（責任学生）が指導教員（専任教員）の承認を得て、スポーツ施設管理センターへ申請してください。施設の予約期間は、当面の間1ヵ月単位とします（大学のレベル発表に準じる）。予約の開始は、大学から次の期間のレベルが発表された翌日から受け付けます。受付時間は、当面は平日9:00～18:00とします。

## 4. 更衣室の使用

更衣室は、体育館 2 階とプールにあります。人が密集することを避けるために、体育館 2 階の男子更衣室は 6 名、女子更衣室は 8 名、プールの男女更衣室は 5 名の入室制限を実施しています。使用する際は、密にならないよう交代で使用し、更衣後は速やかに退室してください。なお、当面の間、体育館 2 階更衣室内にあるシャワーの使用を禁止します。

## 5. 参加者の体調管理

以下の事項に該当する参加者は、自主的に参加を見合わせてください。

- ・体調がよくない場合（例：37.5 度以上の発熱、倦怠感、咳、咽頭痛、味覚や嗅覚に異常がある）。通学前に体温測定を実施するよう心がけてください。
- ・同居家族や身近な知人・友人が感染した場合、あるいは感染が疑われる場合。
- ・過去 14 日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、地域等への渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合。

## 6. 感染防止に関する注意事項

スポーツ施設を使用する際の感染防止対策では、特に「**手指消毒の徹底**」「**換気の徹底**」「**マスクの着用とソーシャル・ディスタンスの確保**」が重要です。

### 1) 手指消毒の徹底

スポーツ施設を使用する前後に、必ず手洗いとアルコール消毒液による手指消毒を徹底してください。各屋内スポーツ施設には、入り口に消毒液を設置してあります。

### 2) 換気の徹底

各屋内スポーツ施設には、換気のためにサーキュレーターを設置してあります。活動時にはドアを開けるとともに、必ずサーキュレーターを稼働して換気を徹底してください。ただし、雨天時にドアを開けたままにすると、雨で床が滑って転倒する危険性があることから（床も劣化）、ドアを閉めてサーキュレーターを稼働し、空気を循環させてください。

### 3) マスクの着用とソーシャル・ディスタンスの確保

活動中は、基本的にマスクを着用してください。ただし、運動強度が高く心拍数が上がる運動を実施する際は、各自の判断でマスクを外すようにしてください。通気性の悪いマスクを着用したまま激しい運動をすると、呼吸困難に陥る場合がありますので注意が必要です。休憩時や活動以外の時間で特に注意が必要な点は、マスクを外したことを忘れたまま会話することやソーシャル・ディスタンス（前後左右 2m）が確保できていないまま会話することです。気がついたらお互いに声をかけ合うようにしてください。

### 4) スポーツ種目ごとの感染拡大防止に関するガイドライン

スポーツ施設では、さまざまなスポーツ活動が行われますが、その種目の特性に応じて感染拡大防止に関するガイドラインが作成されています。各スポーツ種目の中央競技団体が作成したガイドラインは、公益財団法人日本スポーツ協会のホームページ「中央競技団体作成ガイドライン」に集約されていますので、次のアドレスを参照してください。

<https://www.japan-sports.or.jp/about/tabid/278.html>

### 5) その他の注意事項

- サークル・部活動では、参加者の体力や技術に応じて、段階的に活動を再開してください。また、少人数に分かれての練習やできるだけソーシャル・ディスタンスを確保するなど、練習内容を工夫してください。
- 活動への参加はあくまで任意であり、参加しないことで不利益が生じることがないようにしてください。
- 大声での会話やかけ声、ハイタッチ、握手などの身体接触は避けてください。
- テニスコート、プールの鍵は、警備員室へ、屋内施設の解錠は、スポーツ施設管理センターに申し出て下さい。
- スポーツ施設を使用後は、必ず清掃してください（モップがけ等）。

○スポーツ施設内やスポーツ施設周辺など指定された場所以外での喫煙は厳禁です。

○熱中症予防のために、適度に水分補給するよう心がけてください。

○タオル、ビブス（ゼッケン）、水筒やペットボトルを共用しないでください。

⇒屋内のスポーツ施設では、水またはお茶のみ持ち込み可。

○スポーツ施設で食事はできません（ガムも不可）。

○貴重品の管理は、各自で行ってください。

⇒当面の間、ロッカーの貸し出しはありません。

○ティッシュや体ふきシートなどのゴミは、各自で持ち帰るかゴミ箱へ捨ててください。

○ケガが発生した場合は、次の手順に従って対応してください。

【医務室開室時】⇒医務室（G棟1階）へ連絡

【医務室閉室時／スポーツ施設管理センター開室時】⇒体育館3階管理センターへ連絡

【医務室・スポーツ施設管理センター共に閉室時】⇒軽傷の場合は、各自で病院へ

⇒重傷の場合は、救急車を手配した後、警備員室へ連絡

○感染の判明や感染が疑われる場合は、速やかに学生支援室へ報告してください。

○これら注意事項が遵守されていないと認められた場合は、スポーツ施設の使用許可を

取り消すことがありますので、くれぐれも注意してください。

⇒次ページ以降 「7. 各スポーツ施設の注意点（手指消毒と換気について）」

1) 体育館：メインアリーナ

2) 体育館：ダンス練習室

3) 体育館：サブアリーナ

4) 体育館：2階オープンスペース

5) 体育館：4階エントランスホール

6) 第2体育館

## 7. 各スポーツ施設の注意点（手指消毒と換気について）

### 1) 体育館：メインアリーナ

- ・手指消毒について（入り口2カ所に足踏み式の消毒液を設置）



- ・換気について（サーキュレーター4台を稼働させる）



※雨天時は扉を閉めてサーキュレーターを稼働させる。

## 2) 体育館：ダンス練習室

- ・手指消毒について（足踏み式の消毒液とポンプ式消毒液を設置）



- ・換気について（サーキュレーター1台と空気清浄機を稼働させる）



※ダンス練習室入り口

## ・使用可能なシューズについて

ダンス練習室の床には、「リノリウム」という素材が使われており、バレエやダンスの動きに適した弾力性があり、舞台でも使われています。使用に際しては、革底かフェルト生地  
の靴底が適しています。一般的に体育館で使用するスニーカーでは、摩擦が強すぎてケガをしたり、床の表面が傷つく恐れがあります。ゴム製の靴底でも表面が滑らかで摩擦が  
少ない形状のもので、床が傷つかなければ使用できます。「リノリウム」は、一度傷がつくと修復不可  
能のため、くれぐれも注意してください。なお、ダンス専用のシューズが用意できない場合は、靴下  
や裸足で活動することは問題ありません。以下に使用に適したシューズの例を写真で紹介しま  
すので参考にしてください。



### 3) 体育館：サブアリーナ

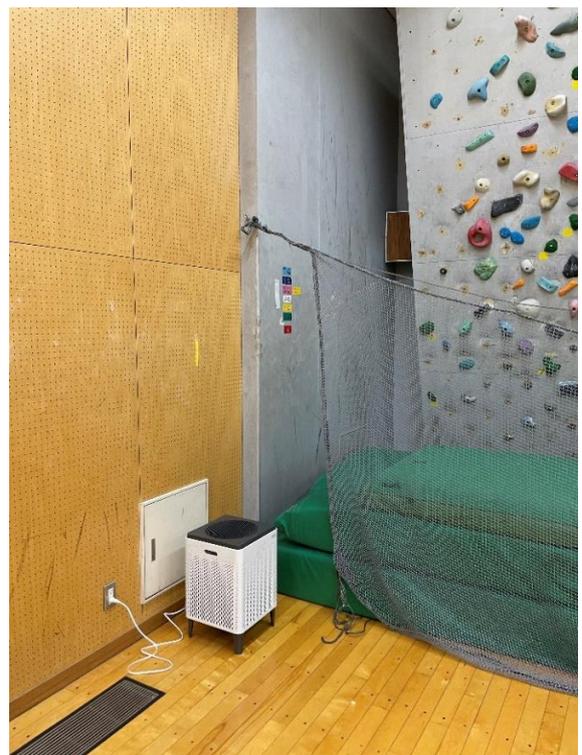
- ・手指消毒について（足踏み式の消毒液とポンプ式消毒液を設置）



- ・換気について（サーキュレーター1台と空気清浄機を稼働させる）



※室内から外に向けて送風



※空気清浄機を稼働させる

#### 4) 体育館：2階オープンスペース

- ・換気について（サーキュレーターを稼働させる）



※雨天時は窓を閉めて室内で空気を循環させてください。窓の鍵は、スポーツ施設管理センターが管理しています。

#### 5) 体育館：4階エントランスホール

- ・換気について（サーキュレーター2台と空気清浄機3台を稼働させる）

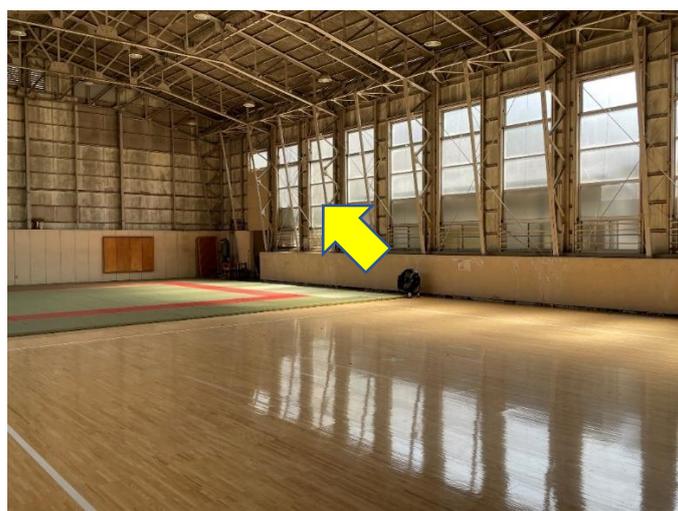
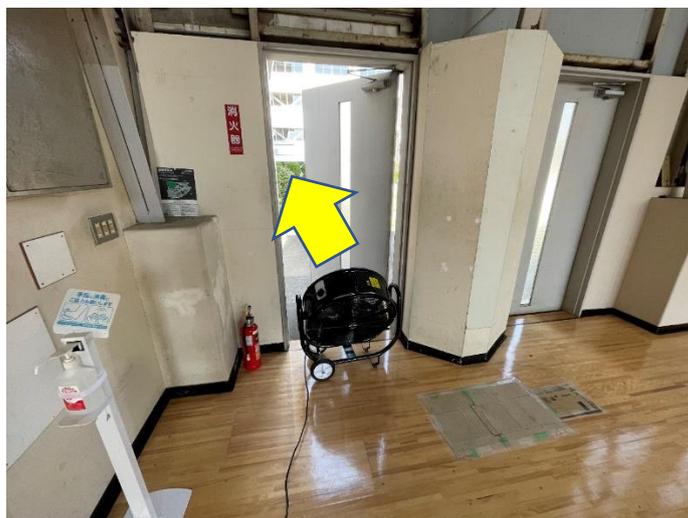


## 6) 第2体育館

- ・手指消毒について（足踏み式の消毒液を設置）



- ・換気について（サーキュレーター2台を稼働させる）



以上、感染防止対策にご協力をお願いします。