

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「2A」、「1B」、「1A」において、授業時間外学習活動およびサークル・部活動等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と定員の遵守

屋内施設		定員	屋外施設	定員
L棟 体育館	メインアリーナA	30	第1グラウンドA	30
	メインアリーナB	30	第1グラウンドB	30
	サブアリーナ	15	第2グラウンド	30
	ダンス練習室	10	プール	20
	トレーニング室	10	テニスコート	30
	4階エントランスホール	20		
	2階オープンスペース*	10		
第2体育館		30		

*2 階オープンスペースは、パーティション使用時は、使用不可

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 9:00～21:00※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（ただし、スポーツ施設管理センタースタッフの勤務状況によって変更が生じる場合があります）。

※使用可能時間：第1グラウンド・第2グラウンド・テニスコートは 20:00 まで、
プールは 17:00 まで

- ・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）。この2時間には、**片付けや清掃時間も含まれます。**

3. 行動制限・施設使用制限コードレベル別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。施設の予約可能期間は、当面の間1ヵ月単位とします（大学のレベル発表と同様）。

レベル	活動申請書	教員の署名	事前予約期間	活動報告書	トレーニング室	プール
レベル2A	○	○	1週間前	○	○*3	○*3
レベル1B	○	△*1	1週間前	○	○*3	○*3
レベル1A	○	△*1	当日可*2	○	○*3	○*3

*1 初めて活動を申請する団体は、レベルに関係なく責任教員の署名が必要です。

レベル1B・1Aでは、2回目以降の申請に限り、責任教員の署名を省略することができます。

*2 レベル1Aでは、空いている施設があれば当日予約が可能です。

*3 プールとトレーニング室は、個人利用が可能であり、かつ事前予約は不要です（教員の署名も不要）。トレーニング室を初めて利用する場合は、必ず初回講習を受講してください。詳しくは、スポーツ施設管理センターまで。

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。

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、熱中症や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。マスクを外したまま会話していることに気づいたら、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/tabid1278.html>

5) その他の注意事項

- 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）。
- 活動が終了した団体は、必ず所定の活動報告書を提出してください。
- 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。
- サークル・部活動では、参加者の体力や技術に応じて、無理のない範囲で活動してください。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。
- 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。

○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。

○サーキュレーターの周りには近づかないでください。特にサーキュレーターの前で、
マスクを着用しないまま複数名で会話するのは厳禁です。

○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。

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：トレーニング室
- 6) 体育館：4階エントランスホール
- 7) 第2体育館

⇒次ページ以降を参照してください。

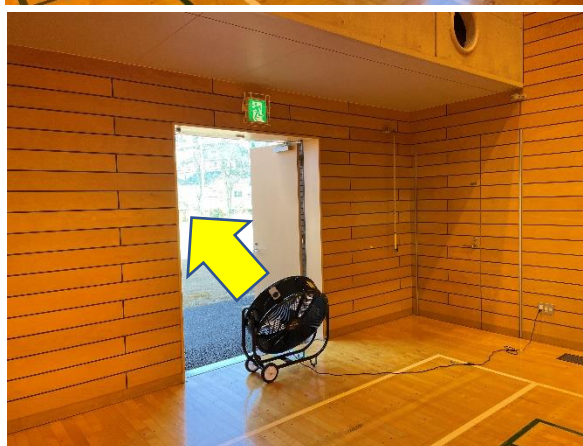
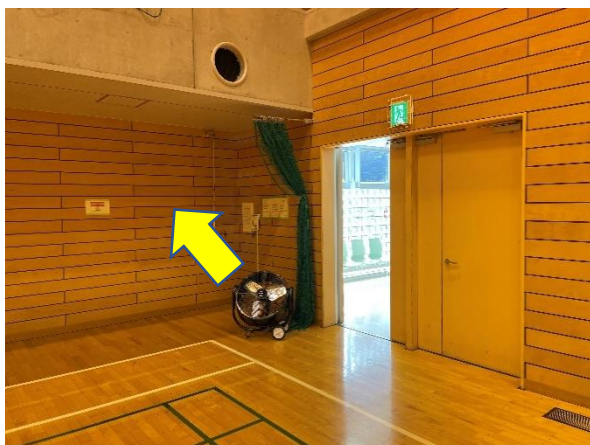
7. 各スポーツ施設の注意点（手指消毒と換気について）

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 of 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

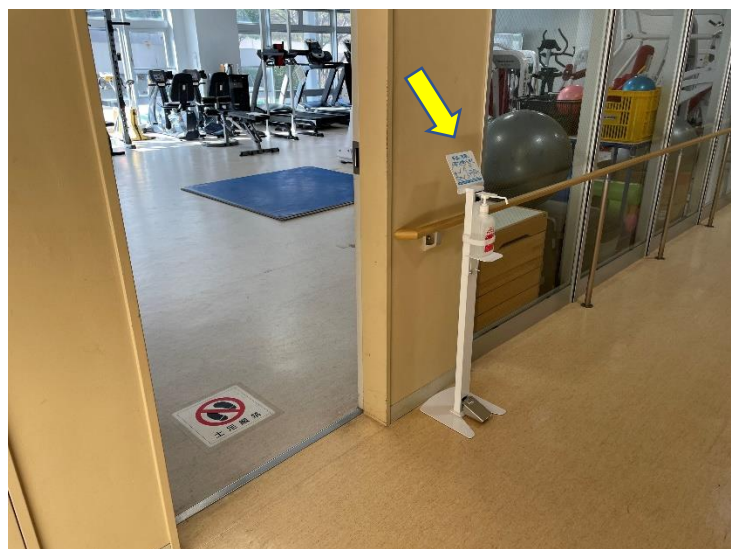
- ・換気について（サーキュレーターを稼働させる）



※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：トレーニング室

- ・手指消毒について（足踏み式の消毒液を設置）



- ・マシンの消毒について（ポンプ式消毒液とペーパータオルを各所に設置）

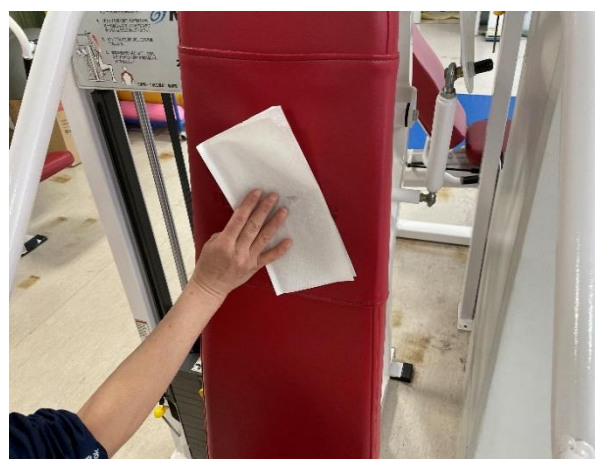


※各マシンには、アルコール濃度を薄めた消毒液を設置してあります。以下の手順に従って使用前と使用後に消毒をしてください。

- ・マシンの消毒手順について



※各マシンに設置してある消毒液のポンプとペーパータオルを手に取り、ペーパータオルに消毒液を吹きかけます。



※消毒液を吹きかけたペーパータオルで身体が触れた場所の消毒を行います。消毒後は、ペーパータオルをゴミ箱へ。

- ・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）



6) 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）

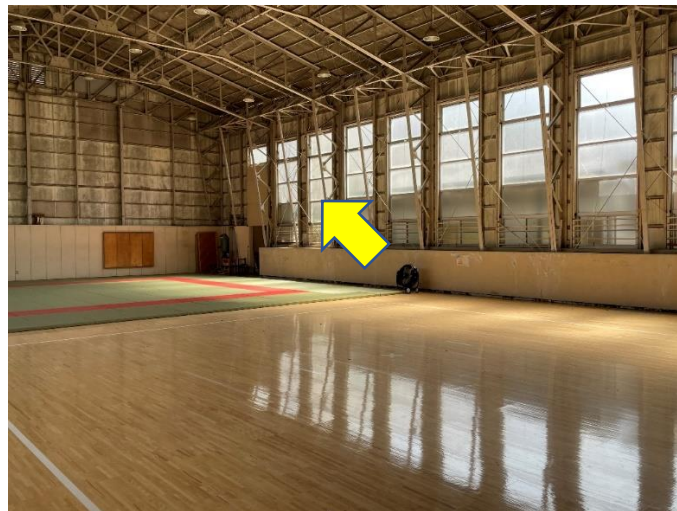


7) 第2体育館

- ・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。