

## 2021 区民体育大会 水泳競技会 追加実施要項

### 【選手控室（第二競技場）使用方法】

- ※入口にアルコール等の手指消毒剤を設置する。必ず入退場時に利用すること。
- ※アルコール消毒が苦手な方は手洗いをする。
- ※濡れた身体や水着のまま入場しないこと。タオル等で水気を落とすこと。
- ※感染症対策として団体・チームでの場所取りは禁止する。
- ※参加者一人当たり 2m×2mまでのきれいなレジャーシートの持ち込みができる。
- ※レジャーシート上を控え場所とする。（定員約 80 名）
- ※レジャーシートの間隔は前後左右隣との間隔は最低 1mとする。
- ※マスクを着用し、大声での会話は控えることを徹底する。
- ※控室や通路において飲料摂取以外は禁止する。
- ※ゴミは各自で持ち帰ること。
- ※ゴミを回収する人は、マスク・フェイスシールド・手袋を着用する。
- ※鼻水、唾液などが付いたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して持ち帰ること。
- ※ごみ処理後、手袋を外し必ず石鹸と流水で手を洗う。あるいは手指消毒をする。

### 【招集について】

- ※通用口を入場口とする。アルコール等の手指消毒剤を設置する。必ず入場時に利用すること。
- ※第一招集所及び第二招集所を設置する。第一招集所で点呼を受ける。AC カードを首から下げること。
- ※第一招集所で点呼なしの場合失格とする。（第二招集所からの出場はできません）
- ※第一招集所は、プール通用口入って左側。
- ※第二招集所は、第 1 レーン（監視室から見て右側）側に設置する。
- ※レースの進行により 1 組ずつ第一招集所から第二招集所（2 組待機）へ進む。
- ※引率者（AC カードを首から下げる）は選手に同伴する形でプールサイドへ入場することができる。
- ※同伴の引率者等はマスクを着用すること。湿度が高く熱中症等の危険があることを理解していること。
- ※25m出場者は監視室前を通過して第二招集所へ移動する。
- ※50m100m出場者は本部席（小プール）前を通過して第二招集所へ移動する。
- ※第二招集所はレース前の待機場所とする。
- ※第二招集所についたらレース出場のための準備をする。この時まで選手はマスク着用。マスクはカード入れに各自で保管する。
- ※選手等の荷物は袋に入れて持ち運び及び保管すること。
- ※レース中は第二招集所に荷物を置いておくことができる。
- ※レース後速やかに荷物を持ってプールから退場すること。
- ※第二招集所においてレース直後に呼吸が落ち着くまでマスクを着用せずに静かに待機することができる。
- ※レース後の退場口は更衣室経由とする。保護者等は性別に合わせた更衣室経由で退場する。

### 【プールサイド】

- ※ウォーミングアップ時の入場は通用口経由とする。退場は更衣室経由とする。
- ※選手・保護者等の靴・サンダル等の使用禁止。
- ※ウォーミングアップ時は保護者等の入場を禁止する。
- ※ウォーミングアップやレース時は各自で荷物を袋に入れて管理すること。
- ※ウォーミングアップは団体での練習を禁止する。
- ※ダッシュ等でタイム計測時、大声でタイムの伝達を行わないこと。

## 中央区民体育大会 水泳競技会

### 新型コロナウイルス感染症対策 ガイドライン

新型コロナウイルスの感染を最大限に防止しながら大会を運営するためには、選手、スタッフ、保護者の皆さんの理解と協力が必要です。残念ながら感染のリスクは0（ゼロ）ではありません。ひとり一人が自覚と責任をもって自己防衛することが重要です。自己防衛は、家族や仲間を守ることにもつながります。「自分は大丈夫」の考えは捨て、大会に係わるすべての人が新型コロナウイルスの特性を正しく理解し、感染防止に努めてください。

（新型コロナウイルス感染症の情報は厚生労働省のホームページ等で公開されています）

本ガイドラインは、東京都水泳協会予防ガイドラインから引用・参考にしています。

#### 【選手・保護者・引率者等の皆さんに守っていただきたい事項】

##### 1. 大会前

大会前2週間において以下のいずれかの事項に該当する場合は出場を見合わせることを。

- ・発熱(37.5℃以上)を認める。
- ・せき、のどの痛みなど風邪の症状がある。
- ・だるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある。
- ・嗅覚や味覚の異常がある。
- ・新型コロナウイルス感染者との濃厚接触歴がある。
- ・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる。
- ・参加14日前まで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、地域等への渡航歴がある、または当該在住者との濃厚接触歴がある。

##### 2. 大会当日

- ①入館から退館時までの全ての場面で、十分な対人距離（できるだけ2m以上）をとって行動する。
- ②指定された入場時間を厳守する。（指定時間より前には入場できない）
- ③入場時は自身のACカードを提示し、検温を受ける。いかなる場合でもACカードの提示がなければ入場できない。
- ④入館時検温にて発熱が認められた場合は、施設管理者の指示に従う。
- ⑤入場前に体調不良となった場合は、会場内に入場せず帰宅するか、判断に迷う場合は施設管理者や大会スタッフに申告する。

#### 【入場について】

- (1) 開催要項または追加要項の指示に従い、必要以上に早く来場しないでください。
- (2) プール及び選手控室へはACカードをスタッフに提示後入場できる。

⑥会場内で体調不良となった場合は、近くの大会スタッフに申告し、移動せずにその場で指示を待つ。携帯電話等で連絡可能な場合は、その場で施設スタッフに連絡し指示に従う。Tel 03-3666-1501

【体調不良時の対応について】

- (1) 会場内で体調不良となった場合は、なるべく移動を避けて近く大会や施設スタッフに声を掛けてください。また、直接救護室に行かないでください。
- (2) 保護者・引率責任者は常に選手の体調に注意し、体調不良者を発見した場合は、速やかに近くの大会スタッフ又は施設管理者に連絡し指示に従ってください。

⑦消毒液で手指の消毒をしてから入場する。また、こまめな手洗いと手指消毒を実施する。トイレなど共用部の利用後は必ず消毒を行うこと。(手指消毒と触れた場所の消毒)

【消毒について】

- (1) 新型コロナウイルスは、目から感染する場合があります。ゴーグルは常に清潔に管理し、装着時は手指の消毒を行い清潔な手で取り扱ってください。
- (2) スタート台の消毒はスタッフが行います。

⑧会場内では、入水時を除きマスクを着用すること。(更衣室・プールサイド・トイレ・控え場所・招集所などで着用する)ただし、マスクが濡れないように着用する。

⑨マスクを外した時は、専用のケース(ACカード入れを含む)またはポケット等に収納すること。また、マスクを外している間は会話を控え、咳やくしゃみが出る場合は、口を「肘で覆う」または「タオルや衣類で覆う」など咳エチケットを徹底する。

⑩マスクは水濡れ等で使用できなくなることが予想されるため、必ず予備を持参すること。また、不要になったマスクは、ビニール袋等に収納して持ち帰ること。(会場内では捨てない)

【マスクについて】

- (1) レース直前の第2招集所で外すことができる。
- (2) レース直後やウォームアップ直後は、呼吸が落ち着くまでマスクを着用せずに静かに指定の場所で待機してください。
- (3) ウォームアップ時は、プールサイドで外して入水することが望ましい。  
マスクを外したら専用のケース(ACカード入れを含む)や袋などに入れて各自で保管すること。

⑪可能な限り水着を着用して来場すること。

⑫更衣室は係の指示に従い利用すること。更衣室の入退時に手指消毒を行う。また、体や髪が濡れている場合は更衣室に入る前に十分に水を拭き取ること。(更衣室内に留まる時間を極力短くする)

#### 【更衣室について】

- (1) 更衣室は更衣のみの使用とし、ロッカーへの荷物収納はできません。
- (2) 更衣中はマスクを着用のまま会話を最小限に止めてください。
- (3) 更衣室内のドライヤー、脱水機の利用は控えてください。(滞在時間短縮のため)
- (4) 更衣室内の扇風機(サーキュレーター)は、換気のために調整してありますので、向きを変えたり移動しないでください。
- (5) 更衣室混雑時は入室人数制限を行います。係の指示に従ってください。

⑬練習(ウォームアップ)は、実施追加要項での利用方法を厳守すること。

#### 【練習について】

- (1) プログラムまたは当日の電光表示で指定されるレーンを使用してください。
- (2) スタートダッシュ(第8レーン)の順番待ち、または水中で順番を待つ際は、会話を控え他者との間隔を保ってください。
- (3) シュノーケル・パドル・フィンの使用(持ち込み)を禁止します。
- (4) 練習用具をプールサイドに放置すると他者が触れる可能性が高く、感染のリスクを伴います。練習用具は使用しないことを推奨します。また、使用する際は、管理を徹底してください。
- (5) 監督・コーチ・引率者の大きな声での指導は控えてください。要項の指示に従ってください。

⑭選手控え場所は主催者が指定するエリアとする。対人・座席間の距離をできるだけ2m以上保つこと。

⑮ごみは必ず持ち帰ること。

#### 【控え場所について】

- (1) 指定する控え場所を厳守してください。指定エリア以外への立ち入りは避けてください。  
※感染者が発生した場合の接触者追跡のためご協力をお願いします。
- (2) 使用禁止の表示がある座席には着席できません。(荷物置き場としての使用は可)
- (3) 通路での他者との接触を回避するため、立ち見を禁止します。

⑯飲食する場合は以下を厳守すること。(控え場所での食事は禁止する)

- (1) 集団で同時の飲食はできるだけ避けること。複数人が同時に飲食する場合は十分な対人距離を確保し、対面しないこと。
- (2) 食事中は会話をしないこと。
- (3) 飲食物の共有・分け合いは禁止する。
- (4) 要項等で別途指定がある場合は、それに従うこと。

⑰招集は大会実施要項で指定された集合法に従うこと。

⑱招集所では選手間の対人距離をできるだけ2m以上保ち、会話を控えること。

【招集について】（第1招集所で点呼を行い、第2招集所はレース前待機場所及び荷物袋置き場です。）

- (1) レースごとに招集開始のアナウンスを行います。密を避けるため、早めの集合は禁止します。競技進行には配慮しますので、慌てず行動してください。
- (2) 自分が出場する「組」と「レーン」を事前に把握してください。
- (3) 引率者は選手と一緒にプールに入場する。引率者待機場所で第1招集を終わる選手を待つ。
- (4) 第2招集所へは導線（小学生部門は監視室前、一般部門は電光掲示板側）を通り、第2招集所へ移動する。
- (5) 引率者は選手の荷物管理。選手のマスクを外し管理する。第2招集所で観戦できる。

⑯ウォーミングアップまたは競技出場の際は、衣類等を収納するための袋を必ず持参し、自己の荷物はすべて持参した袋に入れて管理すること。セーム、ゴーグルなどプールサイドに放置しないこと。

【荷物の管理について】

- (1) ウォーミングアップまたは競技出場の際、衣類やタオルを「むきだし」での放置は感染のリスクを伴います。必ず袋等を各自用意し、収納してください。
- (2) 使用する袋は、リュックサックやナップサック類、ビニール袋等、どんな種類でも結構ですが、可能な限りコンパクトなものを使用してください。濡れ物を入れる袋の用意も忘れずにしましょう。

⑳大きな声での会話や応援をしないこと。引率者は練習時の大きな声での指示を控えること。

【応援について】 大きな声での応援は控えてください。声の代わりに、大きな拍手を送りましょう

㉑水泳用具・レジャーシート等は、個人専用の物を用意、使用し、共用しないこと。

㉒選手は、自分の競技終了後、速やかに退館すること。

㉓団体で集合してのミーティングや場所取り等は禁止する。

㉔競技会主管団体・施設管理者が定めたその他の措置・指示に従うこと。

### 3. 大会後

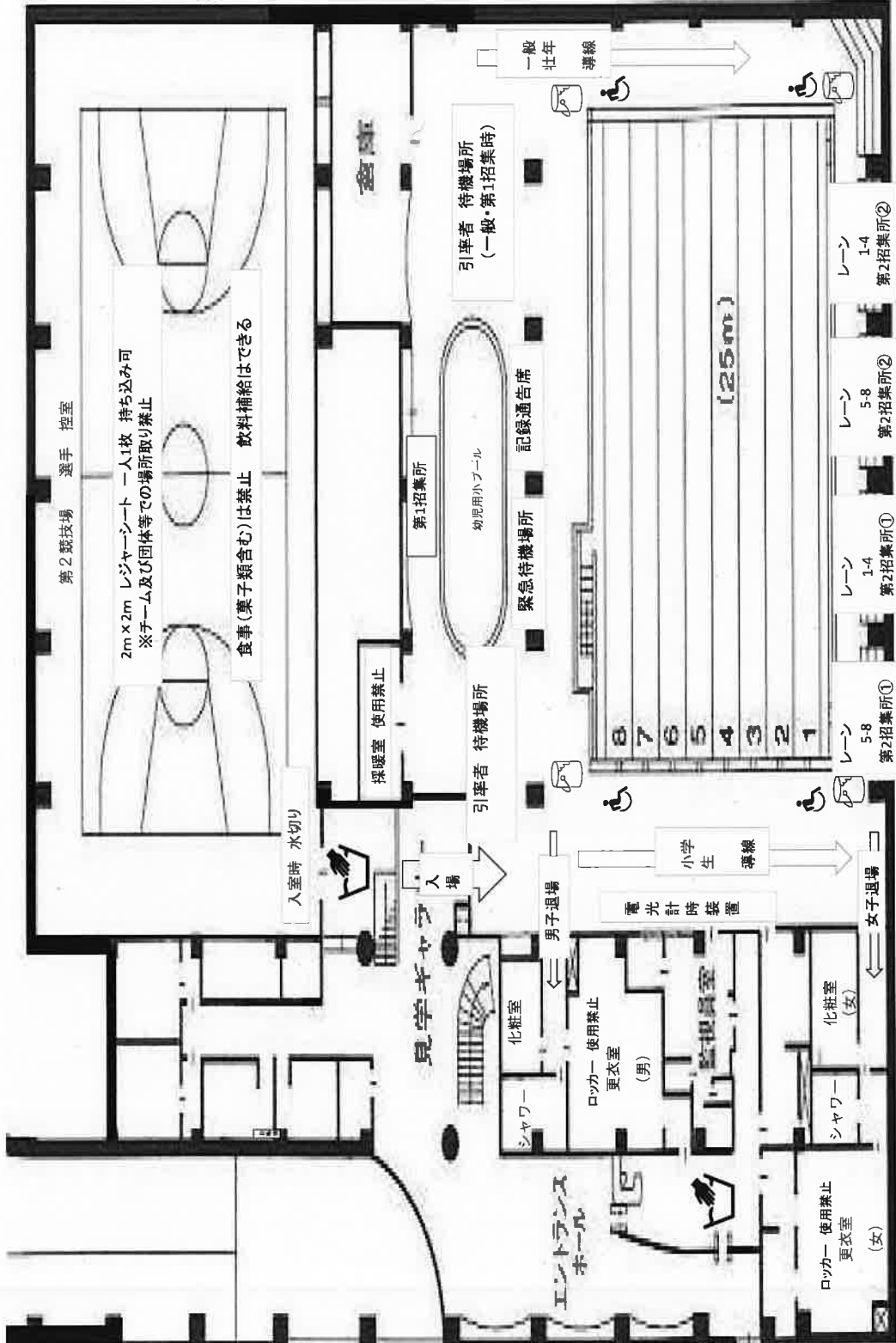
大会後2週間以内に「新型コロナウイルス感染症」を発症した場合、またはその疑いが生じた場合は、速やかに中央区水泳連盟事務局に報告すること。

【中央区水泳連盟 事務局 清水学】

〒104-0032

東京都中央区八丁堀 2-15-11

携帯電話 090-3096-0479



アルコール消毒液

- 【椅子 必要数】
- 選手・スタッフ 24脚
  - 第1招集所 2脚
  - スターター 2脚
  - 審判 2脚
  - 記録通告 2脚

消毒水用/バケツ 4個