

2020年6月29日
麻生ラグビースクール
校長 杉浦 輝明

麻生ラグビースクールにおける新型コロナウイルス感染予防策について

0. はじめに

次代を背負う若者づくりをスローガンとする当スクールにとって、新しい日常の中でもラグビーをプレーすることで得られる爽快感・達成感・仲間との連帯感等、精神的なストレスの発散など、健全な体と心を育成する場を各関係者の理解を得ながら提供したい。グラウンドを貸して下さる方々や地域の安全に大きな影響や負担をかけることのないよう、日本ラグビーフットボール協会等からの各通達をもとに感染予防策を下記の通りまとめました。今後のグラウンドスケジュールについては未定な部分もありますので、確定しだいすみやかに連絡いたします。

1. スクールスタンス

新型コロナウイルス感染症との戦いは長期間に渡るものと考え、感染予防に関する考え方や対策は各家庭によりさまざまであることを踏まえ、練習については自由参加とします。

2. 基本方針

ラグビーといっしょ、基本プレー（密を避ける、手を洗う）をおこなう。
感染予防策も三位一体で取り組む。

3. 具体的な実施事項

①ご家庭で

- ・練習参加前夜等の検温含め、日頃から健康観察（検温）を行い、行動履歴とともに記録として残してください。（後日、確認させていただく可能性があります。）
- ・前夜検温の結果、37.5度以上ある、もしくは普段と様子が違う（咳や平熱時より2度以上体温が高い、咳やくしゃみが出るなど）ときは練習に参加を控えてください。
- ・基礎疾患がある方や透析を受けている方、感染リスクの高い方の来場は控えてください。
- ・当面の間、グラウンド付添いは各家庭1名にてご協力ください。
- ・保護者の皆さまもグラウンド練習見学時にはマスクを着用にご協力ください。
- ・送迎時にはマスクを着用し、当面の間は自家用車での相乗りはしないでください。
- ・帰宅時にはうがい、手洗い、を必ず行ってください。
- ・感染症にかかってしまった場合は速やかにチーフコーチに連絡をしてください。
- ・持ち物にはきちんと名前を書いて所有者が分かるようにしてください。
- ・子どもや自分で出されたゴミは持ち帰って処分をお願いします。
- ・グラウンドに忘れ物をしないでください（忘れてしまった場合は処分することがあります）。
- ・グラウンド利用施設の感染予防策のルールをしっかりとってください。
- ・練習時、各学年に3名以上の手洗い係や消毒係のご協力をお願いすることがあります。
- ・通学する学校において感染予防対策や流行等の連絡がありましたらチーフコーチへの情報提供にご協力ください。

②子どもたちは

- 練習前の自由時間も友達との距離（最低でも1m）を取りましょう。
- 自分の持ちものを無くさない、忘れ物をしない、練習後に持ち物を確認しましょう。
- 水筒やタオル、ヘッドキャップは自分のものを使いましょう（忘れた場合は見学となります）。
- 体調が悪いときは無理をせず、コーチに伝えましょう。
- トイレに行った後は手を洗ったり、消毒してから練習に参加しましょう。
- 消毒した手で口や鼻などを触らないように注意しましょう。
- 自分が出したゴミは持ち帰って処分しましょう。
- コーチから伝えられるグラウンド利用施設の感染予防策のルールをしっかりと守りましょう。

③スクールでは

- コーチはワールドラグビーの COVID-19 感染予防対策講座を受講します。
- 消毒ジェルやハンドソープなど衛生用品を用意し、手洗いなどができる環境を整えます。
- 密にならないような練習環境や練習時間を整えます。
(グラウンドが狭い場合は時間帯や日程を工夫する、オンライントレーニングを活用するなど)
- こまめな手洗いや消毒を実施します（消毒ジェルを練習前に）。
- 集合時は、プレーヤー、コーチとの距離を一定以上確保するように努めます。
- コーチも練習日の前夜に検温を実施、記録として残します。
37.5度以上あるときは練習参加を控えます。
- グラウンド利用施設の感染予防策のルールをしっかりと守ります。
- 体調管理を行い、グラウンド練習時にはマスクを着用します
- ボールは当面の間、スクールから貸出、一人1つのボールを専用します。
- 感染症にかかった関係者がでた場合 感染拡大防止のため速やかにスクール内情報展開します。
(個人名の公表はしません、練習日や学年までとします。)

4. お断り

- 密を避けるため、分散集合、練習時間短縮、隔週練習、などの対策を講じることがあります。
- 具体的な練習メニューは技術指導コーチのもと、当面は接触のないメニューを行います。
下表 トレーニングの段階的再開計画を参照ください。
期間は目安であり、流行状況や自治体、関連団体の指標を参考に都度見直しをします。
- 熱中症や呼吸困難リスクを低減するため練習中のマスクの着用は強制しません。
- 安全を最優先とし、感染症第2波、第3波が発生した場合はグラウンド練習を中止します。
- 自治体や競技団体からの要請や方針に応じ、練習を中止する場合があります。
- 関係団体からの通達により本予防策は適宜内容を見直します。

5. 感染者発生時の対応について

緊急連絡先

陽性反応が出た方は速やかに担当チーフコーチにご連絡ください。

保護者 ⇄ 学年チーフコーチ ⇄ 河合副校長 (対応責任者) ⇄ 杉浦校長

- 学校等への連絡は保健福祉事務所や医療機関の指示のもと保護者の方が行ってください。
- 感染の連絡があった際には麻生ラグビースクールからグラウンド所有者（管理者）および所轄の保健福祉事務所等に連絡し、団体としての対応について指示を受けます。
- 感染の連絡があった際には麻生ラグビースクール関係者（生徒/保護者・施設等）に連絡し、行政機関の指示のもと行動をお願いすることになります。

6. 参考情報

川崎市ホームページ【新型コロナウイルス感染症】感染の疑いがあるときは

<http://www.city.kawasaki.jp/350/page/0000116178.html>

川崎市 帰国者・接触者相談センター連絡先

麻生区 044-965-5218

多摩区 044-935-3217

日本ラグビーフットボール協会 ラグビートレーニング再開のガイドライン

<https://www.rugby-japan.jp/news/50495>

麻生RS トレーニングの段階的再開計画



● トレーニング再開に向けて

数か月間の活動自粛による以下のリスクを考慮した上で、個々のレベルに合わせた段階的活動再開を目指す。

- ・体力か運動機能の低下
- ・選手間の体力レベルのばらつき
- ・体重等の身体的変化
- ・高温多湿での運動に対する不慣れ
- ・トレーニング再開後のオーバーワークや怪我
- ・過去と違う施設でのトレーニングや練習メニューの変更
- ・生活習慣の乱れや心理的負担

● レベル別活動指針

レベル	規模	活動単位	活動内容	留意点	期間
1	禁止	個人	オンライントレーニング(個人) ・ストレッチ/体幹/ハンドリング等	・自宅のためマスク未着用 ・水分補給 ・個々に合った声掛け	4～5W
2	10名程度	Gr	・相手をつけない個人や少人数でのランニング/ハンドリング/キッキング/基礎体力	・マスク着用(場合により未着用) ・マスク着用時の熱中症対策 ・活動時、休憩時のソーシャルディスタンスの確保	1～3W
3	50名以下	チーム	・相手をつけない個人や少人数、チームでのランニング/ハンドリング/キッキング/体カトレーニング		1～2W
4	100名以下	チーム	・相手をつけたチームでのランニング/ハンドリング/キッキング/体カトレーニング		2W
5	制限なし	チーム	・通常トレーニング ・コンタクト練習については次項の段階的準備を経てから行う	・マスクは場合により着用 ・休憩時のソーシャルディスタンスへの配慮	—

● コンタクトプレーの段階的準備

- ステップ1：コンタクトプレーに向けた基礎的な身体準備
- ステップ2：地面との接触
- ステップ3：対人での軽度な肉体接触(加速できない距離での組み合わせ・押し合い等)
- ステップ4：近距離での衝突(対パッド～対人)
- ステップ5：中距離での衝突(対パッド～対人)
- ステップ6：Small-Sided Game(制限的ゲーム形式)
- ステップ7：通常トレーニングでのコンタクトプレー