

## 【競技会参加にあたってのチェックリスト】

(一社)三重県水泳連盟  
競技委員会

### 1 入館前

- 選手は入館前5日間において、以下の事項に該当する場合は、入館を見合わせる事。
  - ① 平熱を超える発熱
  - ② 咳(せき)、のどの痛みなどの風邪症状
  - ③ 倦怠感や呼吸困難の症状(体が重く感じる、疲れやすい等)
  - ④ 臭覚や味覚の異常
  - ⑤ 新型コロナウイルス感染症陽性もしくは濃厚接触者
  - ⑥ 同居家族に⑤に該当する方がいる
- 監督、コーチ、マネージャー、トレーナー、大会役員、競技役員は自宅療養機関に該当していないこと、かつ十分な感染対策が行えること。
- 「健康チェック表」に必要事項を記入し、持参すること。
- 水泳用具・飲食物・ストレッチマット等は、個人専用の物を用意しチームで共用しないこと。
- 会場までの交通機関内で、マスクの着用、人との距離、座席間の距離、車内換気、会話などに留意すること。

### 2 水泳場

- 入館から退館時までの全ての場面で、人との距離(できるだけ2m以上)をとって行動すること。(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)
- 練習時に、各レーン内で待機する場合、スタート練習で並ぶ場合も距離を保つこと。
- 選手控え場所・観覧席で、人との距離・座席間の距離を保つこと。
- チームごとに、選手控え場所・観覧席の人数制限を周知し、徹底すること。
- トレーナズベッドは、許可された場合のみ、指定された場所で使用できる。
- 泳ぐとき以外はマスクを着用すること。(更衣室・招集所・選手控え場所・観覧席・プールサイド・トイレなど)
- レース前にはずしたマスクは、服のポケットか袋に入れること。  
(マスクは、選手イス・脱衣ボックスに直接置かない)
- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- 選手は、招集所での選手間の会話、レース後の選手間の会話を控えること。
- 大きな声での会話や応援をしないこと。コーチは、練習時の大きな声での指示、ホイッスルの使用を控えること。
- 唾や痰を吐くことは極力行わないこと。
- 飲食については、指定場所以外で行わないこと。
- ドリンクの回し飲みはしないこと。
- 飲みきれなかったドリンクを、指定場所以外に捨てないこと。
- 選手は、自分のレース終了後、なるべく速やかに退館すること。
- ミーティング等は控えること。
- 競技会主催者・施設管理者が決めたその他の措置・指示について従うこと。

### 3 退館後

- 退館後5日以内に「新型コロナウイルス感染症を発症した」場合は、競技会担当者に対して、濃厚接触者の有無等について報告すること。