

# FFC 新型コロナウイルス・インフルエンザ等感染症対策活動ガイドライン

2023 年 12 月 1 日改定

フィギュアフオークラブの活動に参加する全ての皆さまは、以下を遵守願います。

## 1. 練習参加要件

### (1) 新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなどの感染症を想起する症状がある場合は、7 日間は参加できない。

- ①医療機関を受診し、新型コロナウイルス感染症ではないと医師から診断された場合や新型コロナウイルス感染し完治後も続く後遺症の場合は、医師の指示に従い、その旨をクラブに報告して指示を仰ぐこと。
- ②ワクチン接種当日は激しい運動は避ける必要があるため、練習はお休みすること。また、ワクチン接種における副作用で発熱等の症状が発生した場合は練習をお休みし、症状軽快後 24 時間経過後から参加すること。選手との同居人がワクチン接種後の副作用と考えられる発熱や体調不良等の場合、特に制限はない。
- ③新型コロナウイルス感染した場合、基本、発症から 7 日間経過し、かつ症状軽快後 72 時間経過した場合とする。(下表参照)

| 0 日 | 1 日 | 2 日 | 3 日 | 4 日目 | 5 日目    | 6 日目    | 7 日目    | 8 日目 |
|-----|-----|-----|-----|------|---------|---------|---------|------|
| 発 症 | ➡   | ➡   | ➡   | 症状軽快 | 24 時間経過 | 48 時間経過 | 72 時間経過 | 練習復帰 |

最終的にはクラブの判断として、症状や状況により一定期間の経過観察やマスク着用等をお願いする場合がある。

### (2) 同居のご家族や近しいご関係の方に感染した方や疑われる方がいる場合は、5 日間は参加できない。

- 但し、医師の指示がある場合は、その旨をクラブに報告して指示を仰ぐこと。
- 最終的にはクラブの判断として、症状や状況により一定期間の経過観察をお願いする場合がある。

### (3) 上記 (1) (2) が生じた場合の対応

指導者 (こども会員 : 井ノ口コーチ、おとな会員 : 宍戸コーチ) に報告し、指示を仰ぐこと。出来る限り詳細 (感染日、症状、医師の指示等) を報告いただき、最終的にはクラブが判断する。クラブの判断においては、クラブ関連の医師等に相談する場合がある。(個人情報遵守の上)

## 2. 練習参加における留意点

- (1) 練習前に体温計で測定し、体温体調を記帳すること。(練習中、体調不良が発生した場合は練習後検温する)  
練習前の検温で 37.0℃以上を計測した場合、再検査し、37.4℃以下であれば参加可とし、37.5℃以上の場合は参加不可とする。
- (2) 公共交通機関での移動の際、自宅から練習場までの衣類は別にする。 (私服と練習着)
- (3) 練習前・練習後に石鹸で手の洗浄 (30 秒以上) を行うこと。

## 3. 練習を見学する保護者へのお願い

- (1) 見学者の人数が多い場合は、入場者数を制限いただく場合がある。
- (2) 見学の際は密にならないよう、身体的空間を保つようにすること。
- (3) 感染拡大時などは、見学される保護者のマスク着用をお願いする場合がある。

以上

## 今回のガイドライン改定に伴った変更点について（要点）

### 1. 全体を通じて

フィギュアフォークラブでは、新型コロナウイルス感染症への感染予防ならびに感染拡大予防を図りつつ活動すべく、厚生労働省や日本レスリング協会をはじめとする関連機関からの様々な情報を読み解き、2020年6月5日にクラブ独自のガイドラインを制定し、活動に参加する全ての皆さまにご理解ご協力をお願いしております。いまだに収束とは言えない状況ではありますが、今回の改定において、現行のガイドラインを大幅に改定することにいたしました。

**感染症対策等の練習サポートにつきましては、全選手や保護者のご協力をお願いいたします。**

※但し、感染拡大や社会情勢等を鑑み、変更等が生じる場合があります。

### 2. 主な変更点（変更しない点もあります）

| 項目               | 改定前    | 改定後       | 補足事項   |
|------------------|--------|-----------|--|
| ①FFC 体調アプリ       | 1日1回入力 | 廃止        | 引き続き、体調管理は各自徹底してください。  |
| ②新型コロナウイルス感染症委員会 | 設置     | 廃止        | 感染対策消耗品が不足している等の確認については、選手ならびに保護者にご協力いただきたくお願いします。             |
| ③自身に発熱等がないこと     | 10日間   | 7日間       | 別途、医療機関から指示があればその指示に従う等は継続。クラブで判断が出来ない場合は、関連する医師等に相談する場合があります。 |
| ④同居家族等に発熱等がないこと  | 5日間    | 変わらず（5日間） | 同上   |
| ⑤マスクの着用          | 推奨     | 各自の判断     | 別途、感染状況に応じてお願いする場合があります。                                       |
| ⑥練習前後の手洗い        | 実施     | 変わらず実施    | 流水30秒以上  |
| ⑦練習中の一斉手洗い       | 実施     | 一斉はせず任意   |  |
| ⑧練習中の一斉着替え       | 実施     | 廃止        | ただし、エチケット面から汗で濡れた等の場合は実施する。                                    |
| ⑨練習前後の検温記帳       | 実施     | 基本、練習前のみ  | 練習中に体調不良が生じた場合は検温必須。   |
| ⑩体調不良時の対応        | 指導者に報告 | 変わらず実施    | こども会員は美優コーチ、おとな会員は次戸コーチ  |
| ⑪コロナ罹患した場合の対応    | フォーム入力 | 不要        | 但し、項目@と同様の対応とすること。   |
| ⑫練習時の一斉着替え       | 実施     | 廃止        | ただし、エチケット面から汗で濡れた等の場合は実施する。                                    |
| ⑬アルコール散布での掃除     | 実施     | 変わらず実施    | 練習時に雑巾1枚を持参してください。   |

### 3. 改定日

2023年12月1日（金）

※体調アプリは11月30日（木）昼頃に利用できなくなる予定です。これまでの記録も消えますので必要に応じて保存してください。

引き続き皆さまのご理解ご協力をお願い申し上げます。

以上