

新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のためのお願い（お知らせ）

都立学校開放事業運営委員長
東京都立豊多摩高等学校長

新型コロナウイルス感染症の感染拡大予防のため、以下の事項について遵守をお願いします。

1 提出書類について

施設使用に当たっては、以下の書類を学校に提出してください。

- (1) 使用団体の責任者が施設使用前に学校に提出する書類
承諾書
- (2) 管理指導員が使用当日に学校に提出する書類
 - ア 管理指導日誌
 - イ 実施状況報告書

2 施設使用時の留意事項について

(1) ガイドライン等の遵守

施設使用に当たっては、承諾書の記載事項のほか、「スポーツイベントの開催における感染拡大予防ガイドライン」及び競技種目ごとのガイドラインの定めがある場合には、そのガイドラインを遵守してください（参考1：「競技団体等が定める感染拡大予防に関するガイドラインや留意事項（令和5年2月10日現在）」参照）。

(2) マスクの着用

施設使用時は、マスクを着用してください。マスク着用に関しては厚生労働省の基準（※1）に従ってください。なお、運動・スポーツを行う場合は、スポーツ庁やスポーツ協会の基準（※2）に従って施設使用者において着用の必要性を判断してください。

※1 厚生労働省の基準

<屋外>

- ・他者と身体的距離（2m以上を目安）が確保できない中で会話をを行う場合のみマスク着用を推奨。
- ・それ以外の場面については、マスクの着用の必要なし
特に夏場については、熱中症予防の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨。

<屋内>

- ・他者と身体的距離が確保できて会話をほとんど行わない場合のみマスク着用の必要なし
- ・それ以外の場面については、マスクの着用を推奨。

※2 スポーツ庁やスポーツ協会の基準

- ・運動・スポーツ中のマスクの着用は使用者等の判断によるものとするものの、屋内や屋外でも身体的距離（2m以上目安）が

確保できずに会話する時には、マスクの着用を求めること。

- ・マスクを着用して運動やスポーツを行った場合、十分な呼吸ができず人体に悪影響を及ぼす可能性があることや、熱拡散が妨げられることで熱中症のリスクが高くなることを周知すること。また、息苦しさを感じた時はすぐにマスクを外すことや休憩を取る等、無理をしないことについても周知すること。

(3) 手洗い及び手指消毒の励行

石鹸及びアルコール等の消毒液等を持参し、こまめな手洗い又は手指消毒を行ってください。

(4) ソーシャルディスタンスの確保

施設使用者同士やその他の人との距離(2m以上目安)を確保してください。(障害者の誘導や介助を行う場合を除く。)

3 施設使用時の健康状態の確認等について

(1) 体調不良者等の学校敷地内の立入禁止

平熱を超える発熱や風邪の症状など体調がよくない場合など、承諾書(別紙2)に記載する所定の事項に該当する場合には、施設使用を見合わせ、学校内に立ち入らないようにしてください。

(2) 施設使用者全員の当日の体温、健康状態等の確認・報告

施設使用者全員(運動・スポーツを行う使用者に加え、保護者等、開放施設内に立ち入る全ての者。練習試合等を実施する場合は、その相手方も含む)の施設使用当日の体温や健康状態等を管理指導員が確認してください。

(3) 感染者発生時の報告及び調査協力

使用団体の責任者は、施設使用后2日以内に新型コロナウイルス感染症を発症した者がいる場合は、必ず学校に対して直ちに報告してください。また、感染拡大防止対策の調査等に協力をお願いします。

4 児童生徒や教職員との接触回避等について

児童生徒や教職員との接触状況や消毒箇所を明確にしておくため、以下の取扱いを徹底してください。

(1) 施設使用時に、使用団体と、児童生徒・教職員とが、お互いに接触しないよう周知してください。特に、部活動等と使用時間帯が重なる場合には、児童生徒・教職員との接触回避やトイレや手洗い場等の密集回避を徹底してください。鍵の受渡等のやむを得ない場合には、必ずマスクを着用し、できるだけ2メートル以上の距離を確保してください。また、誰と誰が接触したか明確にしてください。

(2) 施設使用時は、校門から開放施設までの移動は、学校が指定した経路を通行してください。開放エリア(使用団体の使用範囲)以外の施設・敷地に立ち入らないでください。

なお、校舎等の屋内を通行する場合は、通行する出入口の扉付近に設置されている手指消毒剤を使用し、手指消毒を必ず実施してください。

また、校舎内通行時はマスクを着用し、会話を行わないよう周知してください。

5 施設・設備の消毒の徹底等について

(1) 消毒方法について

屋外トイレ、屋外手洗い場、コート等の設備のうち、複数の使用者が頻繁に触れると考えられる場所（ドアノブ、水洗トイレのレバー等）については、学校が指定する消毒個所を、定められた方法及び用具により、施設使用前後に適切に消毒してください。

消毒方法や消毒液等の用具については、学校の指示に従ってください。

(2) 手洗い場及びトイレの使用について

手洗い場及びトイレ用に石鹼（ポンプ型が望ましい。）を持参してください。

手洗いは30秒以上などの手洗いのルールを周知してください（参考3：「感染症対策へのご協力をお願いします」（厚生労働省リーフレット））。

手洗い後に手を拭く際は、各自の清潔なタオルやペーパータオルで拭いてください。

トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう周知してください。

なお、校舎内の手洗い場及び校舎内のトイレの使用を学校が指定する場合は、通行する出入口の扉付近等に設置されている手指消毒剤を使用し、手指消毒を必ず実施してください。

また、校舎内の手洗い場及び校舎内のトイレ使用時は、マスクを着用し、会話を行わないよう周知してください。

手洗いをする場所の提供がない場合は、設置又は貸出を受けた手指消毒剤を使用し、手指消毒を必ず実施してください。

(3) 用具について

ボールやラケット等の用具は、持参してください。

また、使用団体で用具を共用する場合には、「手が頻回に触れる箇所を工夫して最低限にした上で、共用前後に消毒を義務付ける」といった工夫をするなど、消毒を徹底してください。

(4) その他

例えば、施設利用の前後における食事等の場面が想定される場合に感染防止に向けた注意喚起を行っていただく、スマートフォンをお持ちの方は、普段から健康観察アプリなどを活用し、毎日の健康状態を把握するなど、各使用団体におきましても基本的な感染対策や感染拡大予防のための取組をお願いいたします。

【参考1】

競技団体等が定める感染拡大予防に関するガイドラインや留意事項（令和5年2月10日現在）

項目	団体名等	名称	URL
スポーツイベント全般	公益財団法人日本スポーツ協会 公益財団法人日本パラスポーツ協会 (JPSA)	スポーツイベントの開催における感染拡大予防ガイドライン	https://www.japan-sports.or.jp/about/tabid1278.html https://www.parasports.or.jp/coronavirus/index.html
野球	一般財団法人全日本野球協会	BFJアマチュア野球規則委員会 新型コロナウイルス感染症予防のためのガイドライン	https://www.baseballjapan.org/jpn/system/prog/bfj_news.php?i=594
軟式野球	公益財団法人全日本軟式野球連盟	JSBB 感染予防対策ガイドライン	https://jsbb.or.jp/news/date/2022/2692.html
サッカー	公益財団法人日本サッカー協会	JFA サッカー活動の再開に向けたガイドライン	https://www.jfa.jp/about_jfa/guideline.html
テニス	公益財団法人日本テニス協会	コロナウイルス感染症対策情報	https://www.jta-tennis.or.jp/information/tabid/736/Default.aspx
ソフトテニス	公益財団法人日本ソフトテニス連盟	ソフトテニス大会等の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン	https://www.jsta.or.jp/wp-content/uploads/index/guideline/saikai_guideline_b.pdf
ソフトボール	公益財団法人日本ソフトボール協会	新型コロナウイルス（COVID-19）におけるソフトボール活動の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン	http://www.softball.or.jp/news/other-2020/report/0728.html

ゲートボール	公益財団法人日本ゲートボール連合	ゲートボール活動における感染拡大予防ガイドライン	http://gateball.or.jp/news/7924/
グラウンド・ゴルフ	公益社団法人日本グラウンド・ゴルフ協会	大会の再開に伴う新型コロナウイルス感染の予防について(お願い)	http://www.groundgolf.or.jp/news/tabid/199/Default.aspx?itemid=159
ラグビー	公益財団法人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
ハンドボール	公益財団法人日本ハンドボール協会	新型コロナウイルス感染症状況下での安全なハンドボール競技活動について～選手・スタッフ・関係団体のためのガイドライン～	https://www.handball.or.jp/guideline/
陸上競技	公益財団法人日本陸上競技連盟	陸上競技活動再開のガイドライン	https://www.jaaf.or.jp/news/article/13857/

※ その他の競技については、公益財団法人日本スポーツ協会のホームページを参照してください。

<https://www.japan-sports.or.jp/about/tabid1278.html>

暑さを避けましょう

・深い服装、日傘や帽子
・少しでも汗が乾くにつれ、涼しい場所へ移動
・涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ

のどが潤いていなくても こまめに水分補給をしましょう

1日あたり
1.2L(12)を目安に

1時間ごとに 入浴前後や起床後、ベッドから、コップ1杯
コップ1杯 500mL 25本

・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

暑さに慣えた体づくりと 日頃から体調管理をしましょう

・暑さに慣え、暑く入り始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動(やや暑い環境で「汗をかく」と感じる強度で毎日30分程度)

・塩分補給
・水分補給

・塩分など、定時の体温測定と体調チェック
・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養

エアコン使用中も こまめに換気をしましょう

(エアコンを止める必要はありません)

・定期的な換気用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません
・窓とドアなど2か所を開ける
・扇風機や換気扇を使用する

・換気後は、エアコンの湿度を、こまめに再設定

知っておきたい 熱中症に関する大切なこと

暑い日が続くと、熱中症の発生率も高くなる

暑さ指数(暑さ指数)	熱中症の発生率
0-4	0%
5-6	0%
7-10	0%
11-14	0%
15-18	0%
19-24	0%
25	0%
26	0%
27	0%
28	0%
29	0%
30	0%
31	0%
32	0%
33	0%
34	0%
35	0%
36	0%
37	0%
38	0%
39	0%
40	0%
41	0%
42	0%
43	0%
44	0%
45	0%
46	0%
47	0%
48	0%
49	0%
50	0%

高熱者の熱中症は
半数以上が自宅で発生
発生率は暑くても、涼しい場所での作業中、運動中に発生が多です。

熱中症に関する大切なこと

熱中症による死者の増加
真夏日(30℃)から増加
熱中症による死者の増加は、真夏日(30℃)から増加し、35℃以上の真夏日は、熱中症による死者の増加が顕著です。

熱中症による死者の増加は、真夏日(30℃)から増加し、35℃以上の真夏日は、熱中症による死者の増加が顕著です。

熱中症予防 × コロナ感染防止で 「新しい生活様式」を健康に!

「新しい生活様式」とは、新型コロナウイルス感染防止の観点から、①身体的距離の確保 ②マスクの着用 ③手洗いや消毒(手洗いや消毒)を指し、それぞれ「新しい生活様式」を指します。

注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着用すると呼吸が浅くなるため、呼吸器の機能が低下し、熱中症のリスクが高まります。また、マスクを着用すると、呼吸器の機能が低下し、熱中症のリスクが高まります。

熱中症を防ぐために マスクをはずしましょう

屋外で
人と2m以上
(十分な距離)
離れている時

2m以上
2m以上
十分な距離

暑い運動は避けましょう
のどが潤いていなくても
こまめに水分補給をしましょう

気湿・湿度が高い時は
特に注意しましょう

QRコード

新型コロナウイルス感染症に関する情報:
https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/0000154708_00001.html
熱中症に関する詳しい情報: https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/0000154708_00001.html

https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000642298.pdf

新型コロナウイルス感染症対策
屋外・屋内でのマスク着用について

○マスクの着用は感染予防、基本的な感染防止対策として重要です。
 一人ひとりの行動が、大勢の人と密接するところに関わり、
 ○密着では、人の距離（2m以上を目標）が確保できる場合や、
 距離が確保できなくても、会話者同士と行わない場合は、
 マスクを着用する必要があると考えよう。
 ○密着では、人の距離（2m以上を目標）が確保できず、かつ
 会話者同士と行わない場合は、マスクを着用する必要があると考えよう。



目安
 2m
 以上

【屋外】

距離が確保できる


距離が確保できない

マスク着用推奨

マスク着用推奨

会話をする

会話者同士と行わない



【屋内】

距離が確保できる

距離が確保できない

マスク着用推奨

マスク着用推奨

会話をする

会話者同士と行わない



高齢の方と会う時や病院に行く時は、マスクを着用しましょう。
 体調不良時の出勤・登校・移動は控えましょう。

夏場は、熱中防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨します。




厚生労働省
 Ministry of Health, Labour and Welfare

感染症対策

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い 正しい手の洗い方

- ① 両手をよく洗ってください。指の間や手首はしっかりと洗ってください。
- ② 流水でよく手をぬがし、石けんをたっぷりつけて、手のひらをよく洗ってください。
- ③ 指先、爪の間を念入りに洗ってください。
- ④ 親指と手のひらをこすり洗いし、手首も忘れずに洗ってください。

石けんで洗い終わったら、十分に水で洗い、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取ってください。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

- マスクを着用する (O:鼻を覆う) タイツ・ハンカチで O:鼻を覆う 袖でO:鼻を覆う
- 肘を曲げて咳やくしゃみをする
- 咳やくしゃみをする時は、マスクを着用し、マスクの裏面を清潔な紙やティッシュペーパーで覆う。
- 咳やくしゃみをする時は、肘の内側または袖口の内側で覆う。
- 咳やくしゃみをする時は、ティッシュペーパーやハンカチで覆う。
- 咳やくしゃみをする時は、袖口の内側で覆う。

正しいマスクの着用

- ① 鼻と口の両方を確実に覆う。
- ② ゴムのひもを耳にかけ、鼻を覆う。
- ③ 呼吸がしやすいよう、鼻まで密着させる。

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省

詳しい情報はこちら

厚労省

検索

