

府中ジュニアラグビークラブ 情報カード・セルフチェックシート（体験者用）

- 1) 記載していただいた内容は安全管理、および新型コロナ感染予防対策の観点でグラウンド内で情報共有させていただきます。
- 2) 各学年の育成会リーダーの方へ提出してください。内容を確認させていただいた上で、体験参加終了後にお持ち帰りください。

学年：	お名前：	保護者 連絡先	お名前	
生年月日： / /	血液型		緊急連絡先（電話番号）：	
ラグビー経験： 有 ・ 無	始めた時期・学年：		住所（市区町まで記載）	
経験しているスポーツなど クラブへ伝えておきたいこと				

◇◇◇新型コロナウイルス 感染予防 チェックリスト◇◇◇

日付	体温	睡眠時間	朝食をとった時刻	体調	爪確認	新型コロナ 感染対策 チェック	コーチへ伝える事		サイン	
							今朝の健康状態	2週間以内の健康状態	保護者	コーチ
(記入例)	36.2℃	7:30	7:00	良い・普通・悪い	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	おなか痛い	学校で足をねんざ、通院中		
/	℃	:	:		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
/	℃	:	:		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
/	℃	:	:		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

◇◇◇新型コロナウイルス 感染予防 チェックリスト◇◇◇

活動参加日から起算して2週間前までについて、以下の事項をご確認いただき、上記にある「新型コロナ感染対策チェック欄」に☑をしてください。

活動に参加する全ての方について、チェックをしてください。☑がない場合、活動に参加できません。

①	平熱を超える発熱（おおむね37度5分以上）はない	<input type="checkbox"/>	
②	咳（せき）、のどの痛みなど風邪の症状はない	<input type="checkbox"/>	
③	だるさ（倦怠（けんたい）感）、息苦しさ（呼吸困難）はない	<input type="checkbox"/>	
④	嗅覚や味覚の異常はない	<input type="checkbox"/>	
⑤	体が重く感じる、疲れやすい等の症状はない	<input type="checkbox"/>	
⑥	新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触はない	<input type="checkbox"/>	
⑦	同居家族や身近な知人に感染が疑われる者はいない	<input type="checkbox"/>	
⑧	過去14日以内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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触はない	<input type="checkbox"/>	

活動参加時に持参するもの

①	情報カード・セルフチェックシート（本紙）	⑥	マスク
②	水筒（水を入れて持参してください）	⑦	キャップ（帽子・熱中症対策）
③	運動できる服装（Tシャツ、短パン、ジャージ など）	⑧	（持っている人）ヘッドキャップ
④	運動靴（持っていればスパイクシューズ（金具のないもの））	⑨	（持っている人、中学生のみ）マウスピース
⑤	汗拭きタオル	⑩	

活動への参加時、およびグラウンドでの注意事項（新型コロナウイルス対策）

①	活動中における安全や感染予防対策について、クラブが定めたルールやコーチ・育成会学年リーダーの指示に従ってください。
②	他の参加者の方との距離（できるだけ2 m以上）を確保してください。
③	こまめな手洗い（目安30秒）、アルコールなどによる消毒をしてください。
④	会話や応援などで大声を出さないでください。
⑤	マスクを着用してください。但し、トレーニング中の選手のマスクの着用は選手の判断によるものとします。 （マスク着用により十分な呼吸ができないことによる身体への影響の可能性があることや熱中症などには留意してください）
⑥	打合せ等をする場合は、3つの密を避けてください。（マスクの着用、なるべく屋外で行う）
⑦	移動は自動車の相乗りを避け、公共交通機関を利用する場合は混雑を避け、なるべく徒歩や自転車での移動を併用してください。
⑧	目、鼻、口を触らないように心掛け、どうしても触るときには手洗いや手指消毒をした後に触るようにしてください。
⑨	グラウンドで活動中に唾や痰をはくことは極力避けてください。
⑩	更衣室でシャワーを浴びたり、グラウンドで食事をしたりすることは避けてください。
⑪	水筒、ウォーターボトル、タオル、ヘッドキャップなどの個人の備品は、共用・使いまわしをしないでください。
⑫	栄養補給サプリメントを共用しないでください。
⑬	活動に参加した本人・ご家族が新型コロナウイルスへ感染した場合は、必ず学年の育成会リーダーまたは紹介者を通じてチームへ速やかに報告してください。