

最近の**感染事例**からみる 感染対策チェック

【部活動・スポーツ大会編】



学生のみなさまへ


現在、**スポーツ競技(特に屋内)**における感染が拡大しています。

実際の感染事例から、主に**4**つの原因が考えられます。

日々の行動を振り返りながら、感染対策チェックをしてみましょう！


チェック項目①

□ 休憩中, 食事のとき, マスクなしで会話していませんか？

〈感染拡大事例〉



休憩時の**黙食**が徹底できていなかった。


〈良い例〉



- 食事前には, **手指消毒**をする。
- 食事や水分補給など, **マスクを外す場面での会話**は控える。
(話す必要があるときは, マスク着用)


チェック項目②

□ 着替えやミーティングのとき, マスクを外していませんか？

〈感染拡大事例〉



着替えやミーティングのとき, **距離の近い状態でマスクを外していた。**

〈良い例〉



- 更衣室は**時間をずらして**利用
- 会話をするときは**マスク着用**
- 密を避けて**距離をとる。**

チェック項目③

- 部室・更衣室で、窓を閉め切っていませんか？
- 移動のとき、他人と密着していませんか？

〈感染拡大事例〉☹️



大会当日、雨が降っていたため、**窓を閉め切って**着替えていた。
試合会場への移動のとき、**密接**して乗車していた。

〈良い例〉😊



- **30分に1回、5分程度、2方向の窓を全開にする**など、十分に換気する。
- 大人数での乗車は控える。

チェック項目④

- 「熱はないけど喉が痛い…」 「風邪気味かも」
こんなときでも部活や大会に参加していませんか？

〈感染拡大事例〉☹️



体調が悪いが、発熱がなかったため**大会に参加**した。

〈良い例〉😊



- 体調不良時は**参加を控え**、**医療機関受診**を