

## 学校再開に伴う当面（6月中）の部活動の実施と感染防止策について

令和2年5月22日

豊かな心と身体育成課

高校教育指導課

### 1 部活動の実施について

#### (1) 活動計画等

生徒本人と保護者の意向を十分に確認し、同意を得た上で活動を計画すること。

また、県のホームページ等により感染状況の最新情報を入手し、計画の変更・中止等を行うなど適切な措置を講じること。

#### (2) 休養日及び活動時間

臨時休業期間においては、生徒は運動不足や生活リズムが不規則となっている可能性があり、学校再開後当面の間、事故やけが等の防止のため、次のとおりとする。

##### ア 休養日

土曜日及び日曜日を休養日とする。

##### イ 活動時間

1日の活動時間は、放課後2時間以内とする。

なお、定時退校日においては、正規の勤務時間までとする。

ただし、休養日及び活動時間については、6月中旬の感染状況等に応じて、段階的に「運動部活動の方針」（平成30年8月 広島県教育委員会）及び「文化部活動の方針」（令和元年6月 広島県教育委員会）の基準に移行することとし、移行については、別途連絡します。

#### (3) 安全な活動環境

安全な活動環境を確保するため、顧問会議等において、部活動における新型コロナウイルス感染症に係る感染防止策の具体的な注意事項を確認し、周知するとともに、各部活動の活動場所や活動時間を調整し、安全な活動環境を維持するための具体的な感染防止策や各部のスケジュール等を活動場所や部室等に掲示するなど、各部で遵守できる工夫を行うこと。

#### (4) 学校単位で参加する大会等

練習不足による事故防止の観点から、参加しない。

また、県外への遠征等を行わないこととする。

#### (5) 感染の可能性の高い活動について

活動においては、3つの「密」（密閉空間、密集場所、密接場面）を避けるよう対策を講じることとし、次の「**2 部活動における感染防止策**」を講じても、なお感染の可能性が高い活動については、実施しないこと。

(6) 活動の記録

生徒や教職員等が感染者となった場合は、濃厚接触者を特定する必要があるため、参加者の出欠記録等を残すこと。

## 2 部活動における感染防止策

(1) 主に活動中に注意すること

ア 活動においては、生徒同士の距離をなるべくとる※こと。少なくとも、2 mの距離を空けて活動すること。

※ 一部の研究では、無風状態の場合、ウォーキングの場合は5 m程度、ジョギングの場合は10m程度の距離を空けることを推奨しているものがある。

- 生徒同士が近づくことを避ける活動の例 別添参照
  - ・ 生徒の移動できる範囲を限定したタスクゲーム
  - ・ 各部を小グループに分け、活動時間や場所を分散した練習
  - ・ 屋外において、生徒が向き合わないで行う合奏練習

- 望ましくない活動の例
  - ・ ゴール型の球技におけるゲーム形式の練習
  - ・ 長距離走における集団走
  - ・ 群で行うダンス
  - ・ 柔道の乱取りや剣道の地稽古などの試合形式の練習
  - ・ 二人組で上体を起こしたり、背負って移動したりするなどの運動
  - ・ 対面で声を掛け合うなどの、唾液等の飛沫による感染のリスクが高い活動

イ 運動を伴う活動においては、十分な準備運動を行うとともに、身体に過度な負担の掛かる運動を避けるなど、生徒のけが防止には十分に留意すること。

- 身体に過度な負担を掛けないための取組の例
  - ・ 外部指導者（地域の指導者や専門家等）と連携し、段階的に練習強度を調整した練習計画を立てる。
  - ・ 練習中に心拍数を計測し、主観的運動強度表（ボルグスケール）※を参考に生徒の自覚的運動強度を把握する（心拍数 130/min 以下が目安）。

※ 主観的運動強度表（ボルグスケール）

心拍数	60	70	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200
自覚強度		非常に楽である		かなり楽である		楽である		ややきつい		きつい		かなりきつい		非常にきつい	

《参考》心拍数の測定方法の例

人差し指・中指・薬指の3本の指で、逆側の手首の内側にある動脈（親指側で拍動が触れるところ）を10秒間図り、その数値を6倍すると1分間の脈拍数となる。



ウ 1時間に2～3回程度の休憩時間を設け、早目の給水を行わせるとともに、健康観察や換気、手洗いやうがい、身体的距離の確認などを行うこと。

エ 活動中は、用具等を使用者が変わるごとに、消毒用エタノールや次亜塩酸ナトリウム等で消毒すること。消毒液の入手が困難な場合はこまめな水拭きを行うこと。

オ 給水等で使用するコップ等や、汗拭き用のタオル等を共用させないこと。

カ 人の密度が低い状態でも、気候上可能な限り常時ドアや窓を開放し、可能であれば常時2方向以上の窓を同時に開けて換気を行うこと。

キ マスク等を着用して運動を行う場合には、同じ運動であっても、体へ高い負荷がかかり、低酸素症や熱中症などのリスクが高まるため、気温や湿度に注意しながら活動するとともに、こまめに給水を取り、強度の高い運動※は行わないこと。

※ 心拍数 120/min 以下の運動とすることが目安であるが、個人差があることに留意すること。

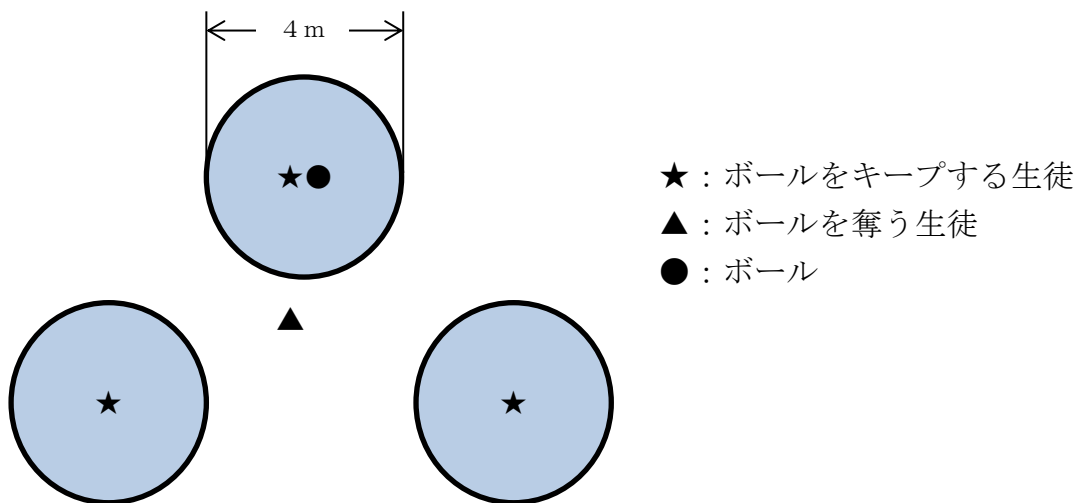
## (2) 主に活動前後に注意すること

- ア 生徒の活動前後の健康観察（検温や体調の確認等）を行い，体調不良等がある場合は当該生徒の活動を中止し，安全に帰宅させ，症状がなくなるまでは自宅で休養するよう指導すること。
- イ 寝不足や食事抜き等により，免疫力が低下した状態で，活動を行わせないこと。
- ウ 咳エチケット等を徹底し，活動前後には必ず流水と石鹸で手洗いをすること。
- エ 活動前後は，生徒が手を触れる箇所（ドアノブ，手すり，スイッチなど）や，用具等を，消毒用エタノールや次亜塩酸ナトリウム等で消毒すること。消毒液の入手が困難な場合は水拭きを必ず行うこと。
- オ 活動の前後においても3密を避け，更衣等は部室などの小部屋で行わないこと。
- 活動の前後においても3密を避ける取組の例
- ・ 広い教室を更衣室として使用する。
  - ・ 更衣室に入る人数を制限し，少人数で更衣を行う。
  - ・ 更衣室の換気扇を常に回す，換気用の小窓等を空ける。
  - ・ ICT機器を活用し，練習前後のミーティングを行う。

## 各部活動における生徒同士が近づくことを避ける練習等の具体例

## ■ サッカー

- 移動できる範囲を限定したタスクゲームの例



## 【ルール】

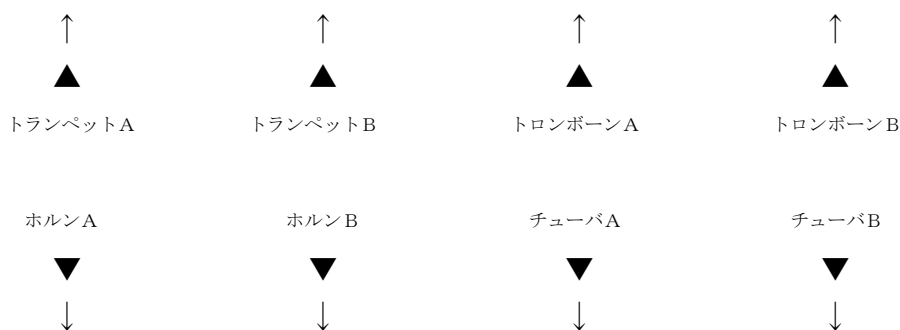
- ① ボールをキープする生徒は直径4 mの円から出ることはいない。
- ② ボールをキープする円の中に、ボールを奪う生徒は入れない。
- ③ ボールをキープする生徒は10秒以内に仲間にパスをしなければならない。
- ④ ボールをキープする生徒がミスをした場合、ボールを奪う生徒と交代する。

## 【工夫】

- ① ボールをキープする時間の調整、円の配置により、難易度が工夫できる。
- ② ボールをキープする円の距離の調整により、ボールを奪う生徒の運動量が調整できる。
- ③ ボールをキープする区域を円から変更（楕円形など）することで、難易度の工夫ができる。

## ■ 吹奏楽

- 屋外において、生徒が向き合わないで行う合奏練習の例



▲・▼ : 合奏する生徒

生徒の間隔を十分にとって、合奏すること。