

## 感染症予防について

夏季の大会・合宿・練習期間中の感染症などの各種対応や予防対策について、以下に示したポイントを周知徹底し、発生予防及び感染拡大防止のため予防の実践をよろしくお願いいたします。

### 【感染予防対策】

- 栄養と休養を十分にとり、体力をつけ抵抗力を高める
- 手洗い・うがいをしっかりする（外出後だけではなく、可能な限り、頻回に行う）
- 混み合った場所ではマスクを着用しましょう。
- 石けんを使って最低 15 秒以上洗い、洗った後は清潔なタオル等で水を十分に拭き取
- 咳、くしゃみの際の「咳エチケット」を徹底する（症状のある人は必ずマスク使用）
- スポーツドリンク等の容器の清潔にする（毎日洗浄し、乾燥させてから再使用）
- メディカル担当者、指導者は選手、生徒の体調観察を十分に行いましょう。  
（体温計、うがい薬、マスク等の常備。体重、食餌摂取量のチェック。）

### 【せき、発熱、下痢、嘔吐等の発生の場合の対応】

- せき、発熱、下痢、嘔吐等の発生があった場合、他の部員との接触を避けるために隔離し、すみやかに医者診察を受けること。
- チーム関係者は、合宿の中止、中断、対外試合の自粛なども含め慎重に対応下さい。

以上、日常の体調管理と予防策の徹底をお願いいたします。