

・バレーボールを安全に楽しむためのお約束事

参加前エチケットにご協力ください

(参加者向け)

- ①お互い思いやりの心でいること
- ②マスクを持参着用すること（参加受付時や着替え時等のバレーボールを行っていない際や会話をする際にもマスクを着用すること）
- ③参加当日の朝、参加前の検温を行い平熱であることを確認すること
- ④参加者本人が、以下の事項に該当する場合は、自主的に参加の自粛をすること
 - ・体調がよくない場合（例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）
 - ・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（例：県外を含む）への渡航がある場合
- ⑤以下の事項に該当する場合も、自主的に参加の自粛をすること
 - ・同居家族や身近な知人、職場に感染が疑われる方がいる場合
 - ・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（例：県外を含む）への当該在住者と濃厚接触がある
- ⑥こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること
- ⑦水分補給用のドリンクは床をこぼさないよう溢れる可能性の少ない蓋付きの物にし、飲み残し等を指定場所以外（例えば路上）に捨てないこと、回し飲みはしないこと
- ⑧必ずタオルを持参し、くしゃみ・咳はタオルを利用して飛沫を抑制すること（プレー中のくしゃみ・咳はシャツやリストバンド等で口や鼻を覆うこと。タオルの共用はしないこと）

参加中に留意してほしいこと

- ①体育館や施設に入館する際など手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること（自動販売機利用後なども実施すること）
- ②「円陣を組んでの声かけ」は行わない。また、「ハイタッチ」等も、手の甲やひじを使うとかの工夫を行い、リスク軽減を図る。
- ③プレー中以外はマスクをすること（休憩はなるべく室外で行い、室内においても他者との距離を保つこと、飲食物のシェアはしないこと）
- ④タオルの貸し借りや共用をしないこと
- ⑤会話をする際は他者と距離を保ち向かい合わないこと、他人との接触、大きな声で会話、応援等をしないこと
- ⑥換気時間について理解、協力をする
- ⑦向かい合う場面など密を避けること（混雑時や地域の感染状況にあわせ人数やプレー制限の理解、協力に応じること）
- ⑧共同で使用するネット、ポール、モップ等は消毒すること（使用施設ごとのルールに従うこと）

その他 留意点

- ・ウォーミングアップの際も、できるだけ「ソーシャルディスタンス」を確保し、身体接触する2人組のストレッチ等を行わない
- ・リベロジャケットの使いまわしは行わない