

togo わくわく体操塾水中教室ガイドライン (令和2年6月29日版)

東郷町施設サービス(株)

教室の再開にあたり、新型コロナウイルス感染予防を徹底するため、感染防止の環境下（水中教室）で水中教室を実施します。

「密閉」・・・換気ができない空間

「密集」・・・多人数が密集

「密接」・・・近距離での会話や発声

以上の3つを徹底的に避け、消毒作業や換気等を定期的に行いながら教室運営をおこなう。

教室への参加にあたり、下記の項目を生徒（保護者）にもご協力いただく。

1. 教室へ来る前に自宅で検温と体調確認をし、【体調チェックシート】へ記入。
指導者も同様におこなう。
※本人や同居の家族で過去2週間内に、一つでも下記の症状がみられる場合は参加できない。
 - ・ 体温が37.5度以上
 - ・ せき、だるさ、息苦しさ、その他風邪症状
 - ・ 嗅覚、味覚の異常
 - ・ 海外渡航歴
 - ・ 身近な知人に感染が疑われる人がいる。
 - ・ 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
2. 教室開始前に【体調チェックシート】を指導者が確認し、異常が見られない場合は、手指の消毒をしたのち会場へ入る。
3. 生徒や保護者は、入退場時にはマスクを着用してもらう。
4. 活動中は、生徒たちはマスクを着用しなくてもよい。任意とする。
※保護者の見学は、見学場所が十分に間隔（1m～2m）をとることができる場合のみ可能とする。

活動中の注意事項

- ・ 大声での返事や会話（私語も含む）をしない。
- ・ むやみに物を触らない。
- ・ 顔（目、鼻、口）を手で触らない。
- ・ 指導者や生徒同士の接触はしない。

【教室前】

- ・ 指導者が生徒の体調チェックシート確認と手指の消毒をおこなう。
- ・ マスクは、指導者と保護者は常時着用
- ・ 自宅で着替えてくる。

【クラスの入替わり】

- ・ 入れ替わり時の三密を避けるため、レッスン時間を5分ほど短縮し、生徒の誘導や指導道具の消毒作業などをおこなう。

【活動終了後】

- ・ 生徒はマスクを着用し速やかに帰宅する。
- ・ 指導道具の消毒

【水中教室実施にあたり】

水中トレーニング室では、水中の塩素濃度を基準値内(0.4mg/l 以上)に保ち、水はろ過機能により常に循環させています。また、室内は空調設備によって外気を取り込みながら、湿度を 50%以上に保っています。この環境は感染予防に優れた環境となっており、安心して教室を実施することができます。

準備物

ビート板、アームヘルパー、腰ヘルパー、ヌードル、洗面器、スタッフ用のマスク

ルール

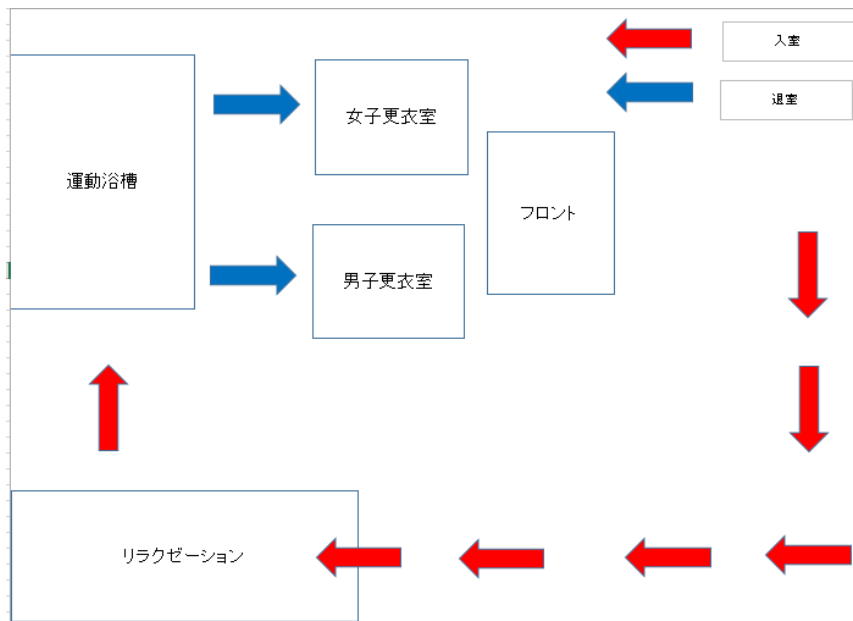
- ①水着は着用した状態で来館する。(更衣室の混乱を緩和するため)
- ②見学スペースの利用は原則禁止
- ③教室終了後は速やかに帰宅する。
- ④ドライヤーの使用は禁止する。

参考資料

一般社団法人 日本スイミングクラブ協会

【入室、退室の仕方】

- ①ロッカーは使用しない。荷物などは保護者が管理する。
 - ②入室はリラクゼーションルームから入る。退室は更衣室から入る。
- ※入室から退室まで一方通行とし、交差しないように。



【保護者の待機場所】

- ・子どもの準備が終わった保護者の方はトレジムの設置した椅子か、車などで待機してもらおう。

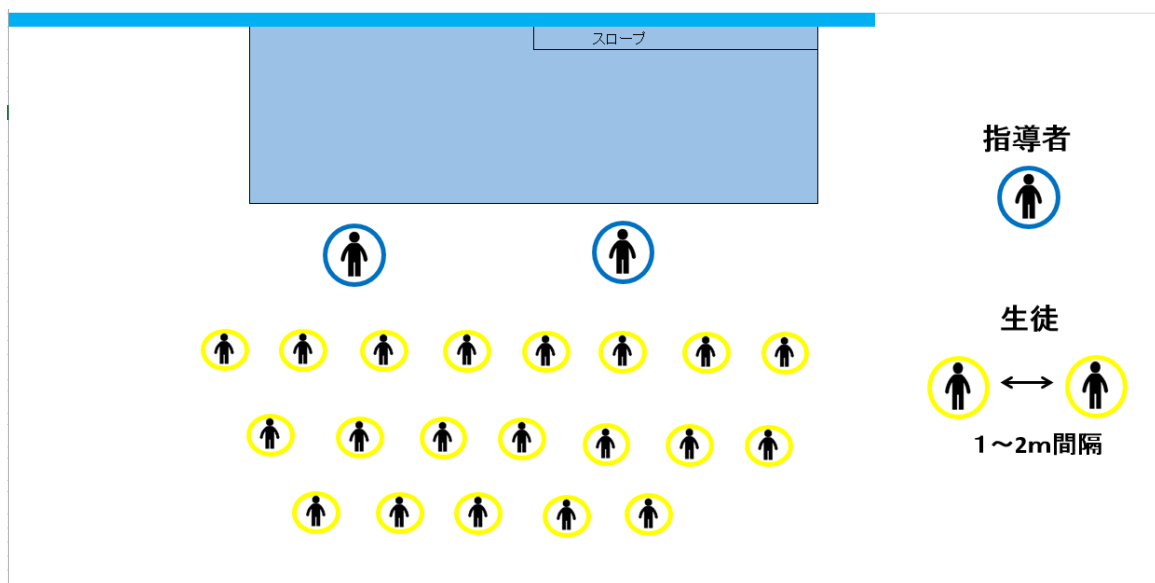


【出欠席・ウォーミングアップ】

出欠席、ウォーミングアップ時間は両手で広げてもあたらないように間隔をあける。
フロア全体使って実施する。

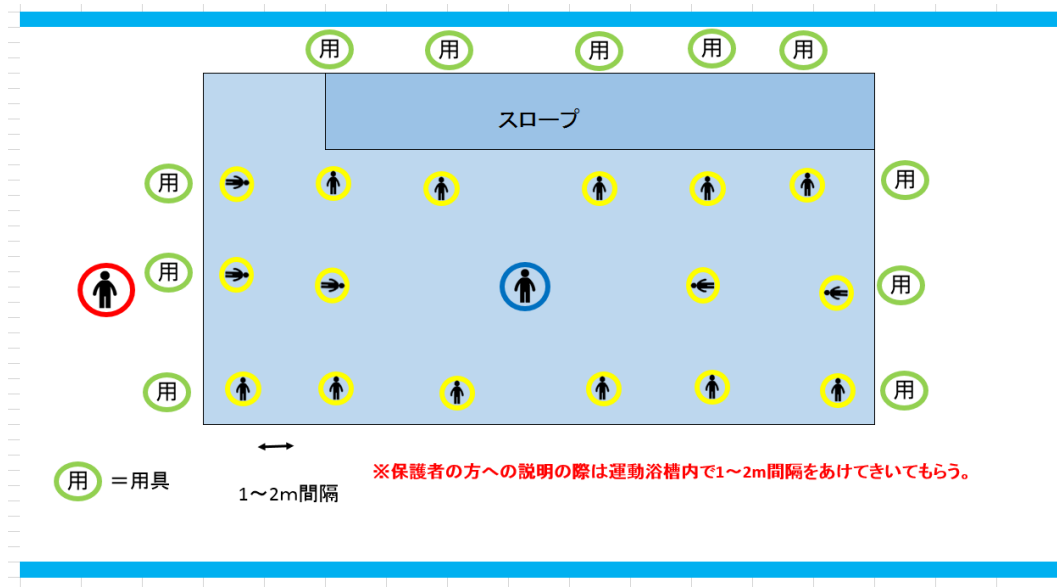
～指導者から始めに説明～

- ①生徒の私語は禁止します。
- ②生徒は大声での返事は禁止します。

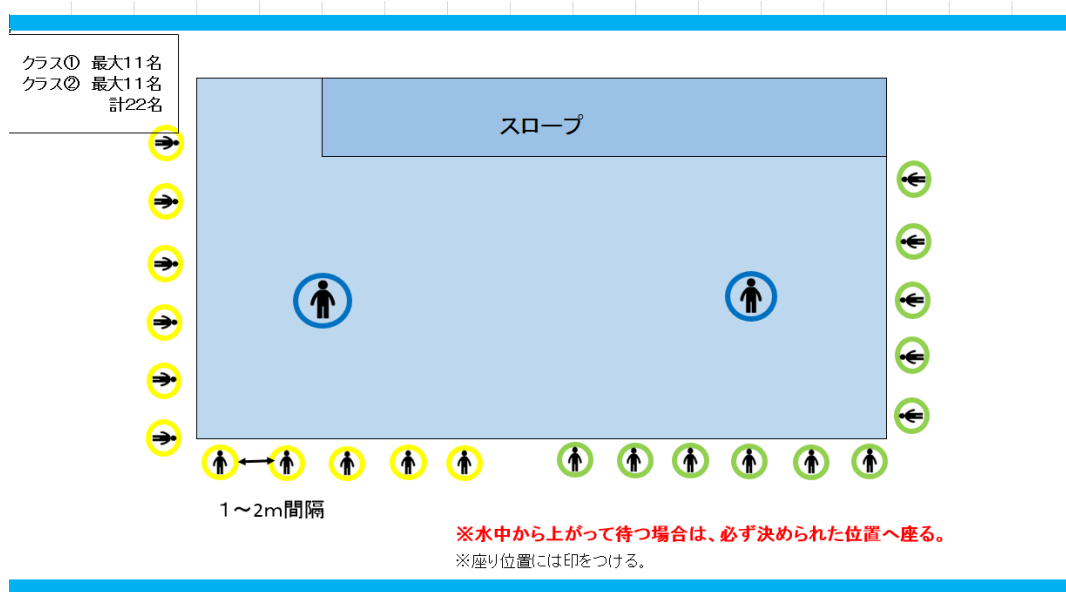


【指導内容】

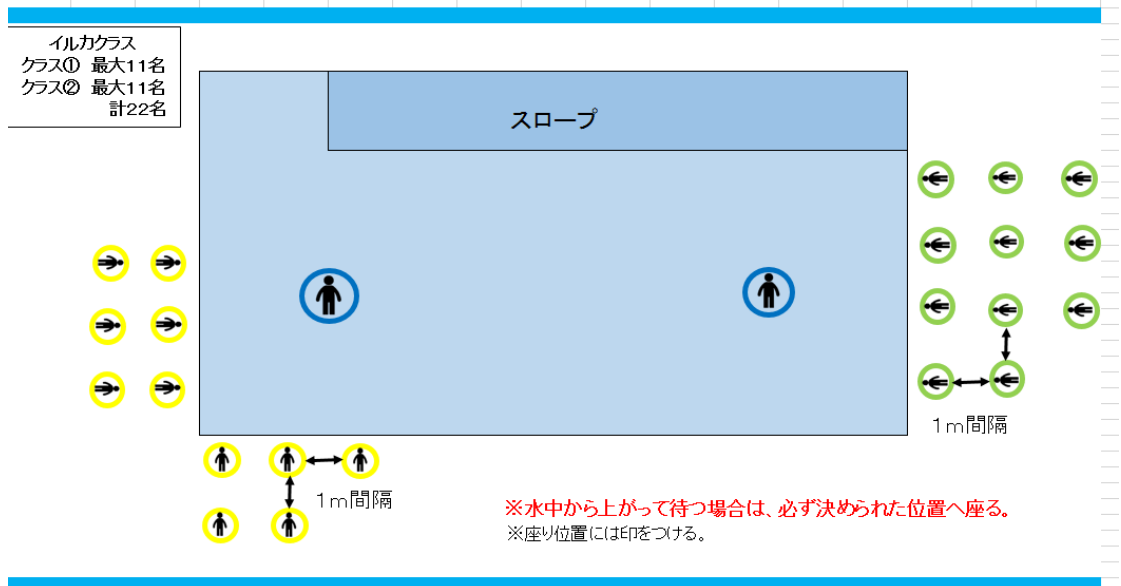
らっこ教室 … 立つ位置の目印として陸に道具などを配置しておく。



めだか教室 … 指導者の話を聞くときは、用具のおいてある場所に座る。



イルカ教室…指導者の話を聞くときは、用具のおいてある場所に座る。



【指導後】

- ①指導終了後は道具を持ってシャワーを浴びる。(除菌)
- ②シャワーで帰宅組みとジャグジーに入る組に隔週で分ける。
- ③更衣室で着替えて帰宅。

