

課外活動ガイドライン

2020/11/16 策定

道(市)の警戒ステージ	ステージ5	ステージ4	ステージ3	ステージ3	ステージ2	ステージ2																																																																																																																																																								
学内の感染状況	-	-	クラスター有	クラスター無	クラスター有	クラスター無																																																																																																																																																								
【トレーニングの Phase】	Phase1	Phase2	Phase3	Phase4	Phase5	Phase6																																																																																																																																																								
活動内容	個人トレーニング	屋内/屋外 個人トレーニング	屋内/屋外 個人トレーニング	屋内/屋外 チームトレーニング	屋内/屋外 チームトレーニング	通常																																																																																																																																																								
活動場所	自宅	一部学内施設開放	一部学内施設開放	学内施設開放	学内施設開放	学内施設開放																																																																																																																																																								
共有器機・備品使用	-	不可	可	可	可	通常																																																																																																																																																								
施設内共有人数	-	<table border="1"> <tr><td>体育館</td><td>各コート5</td></tr> <tr><td>サッカー場</td><td>ハーフ10</td></tr> <tr><td>野球場</td><td>15</td></tr> <tr><td>陸上競技場</td><td>1団体10人2団体まで</td></tr> <tr><td>第2球技場</td><td>10</td></tr> <tr><td>テニスコート</td><td>6</td></tr> <tr><td>弓道場</td><td>4</td></tr> <tr><td>トレ室</td><td>-</td></tr> <tr><td>シャワー室</td><td>-</td></tr> <tr><td>更衣室</td><td>-</td></tr> <tr><td>武道場</td><td>5</td></tr> <tr><td>パーク</td><td>3</td></tr> <tr><td>Score</td><td>4</td></tr> <tr><td>サークル会館</td><td>-</td></tr> <tr><td>プレアホール</td><td>5</td></tr> <tr><td>大教室</td><td>15</td></tr> <tr><td>中教室</td><td>10</td></tr> <tr><td>小教室</td><td>5</td></tr> <tr><td>演習室</td><td>2</td></tr> </table>	体育館	各コート5	サッカー場	ハーフ10	野球場	15	陸上競技場	1団体10人2団体まで	第2球技場	10	テニスコート	6	弓道場	4	トレ室	-	シャワー室	-	更衣室	-	武道場	5	パーク	3	Score	4	サークル会館	-	プレアホール	5	大教室	15	中教室	10	小教室	5	演習室	2	<table border="1"> <tr><td>体育館</td><td>各コート10</td></tr> <tr><td>サッカー場</td><td>ハーフ15</td></tr> <tr><td>野球場</td><td>20</td></tr> <tr><td>陸上競技場</td><td>1団体15人2団体まで</td></tr> <tr><td>第2球技場</td><td>15</td></tr> <tr><td>テニスコート</td><td>8</td></tr> <tr><td>弓道場</td><td>6</td></tr> <tr><td>トレ室</td><td>-</td></tr> <tr><td>シャワー室</td><td>-</td></tr> <tr><td>更衣室</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>武道場</td><td>15</td></tr> <tr><td>パーク</td><td>4</td></tr> <tr><td>Score</td><td>6</td></tr> <tr><td>サークル会館</td><td>-</td></tr> <tr><td>プレアホール</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>大教室</td><td>20</td></tr> <tr><td>中教室</td><td>15</td></tr> <tr><td>小教室</td><td>5</td></tr> <tr><td>教室</td><td>3</td></tr> </table>	体育館	各コート10	サッカー場	ハーフ15	野球場	20	陸上競技場	1団体15人2団体まで	第2球技場	15	テニスコート	8	弓道場	6	トレ室	-	シャワー室	-	更衣室	利用可	武道場	15	パーク	4	Score	6	サークル会館	-	プレアホール	利用可	大教室	20	中教室	15	小教室	5	教室	3	<table border="1"> <tr><td>体育館</td><td>各コート15</td></tr> <tr><td>サッカー場</td><td>ハーフ15</td></tr> <tr><td>野球場</td><td>30</td></tr> <tr><td>陸上競技場</td><td>1団体25人2団体まで</td></tr> <tr><td>第2球技場</td><td>25</td></tr> <tr><td>テニスコート</td><td>10</td></tr> <tr><td>弓道場</td><td>8</td></tr> <tr><td>トレ室</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>シャワー室</td><td>-</td></tr> <tr><td>更衣室</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>武道場</td><td>25</td></tr> <tr><td>パーク</td><td>5</td></tr> <tr><td>Score</td><td>8</td></tr> <tr><td>サークル会館</td><td>-</td></tr> <tr><td>プレアホール</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>大教室</td><td>30</td></tr> <tr><td>中教室</td><td>15</td></tr> <tr><td>小教室</td><td>5</td></tr> <tr><td>教室</td><td>4</td></tr> </table>	体育館	各コート15	サッカー場	ハーフ15	野球場	30	陸上競技場	1団体25人2団体まで	第2球技場	25	テニスコート	10	弓道場	8	トレ室	利用可	シャワー室	-	更衣室	利用可	武道場	25	パーク	5	Score	8	サークル会館	-	プレアホール	利用可	大教室	30	中教室	15	小教室	5	教室	4	<table border="1"> <tr><td>体育館</td><td>各コート20</td></tr> <tr><td>サッカー場</td><td>ハーフ20</td></tr> <tr><td>野球場</td><td>40</td></tr> <tr><td>陸上競技場</td><td>1団体30人2団体まで</td></tr> <tr><td>第2球技場</td><td>30</td></tr> <tr><td>テニスコート</td><td>15</td></tr> <tr><td>弓道場</td><td>10</td></tr> <tr><td>トレ室</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>シャワー室</td><td>-</td></tr> <tr><td>更衣室</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>武道場</td><td>30</td></tr> <tr><td>パーク</td><td>10</td></tr> <tr><td>Score</td><td>10</td></tr> <tr><td>サークル会館</td><td>-</td></tr> <tr><td>プレアホール</td><td>利用可</td></tr> <tr><td>大教室</td><td>30</td></tr> <tr><td>中教室</td><td>15</td></tr> <tr><td>小教室</td><td>10</td></tr> <tr><td>教室</td><td>5</td></tr> </table>	体育館	各コート20	サッカー場	ハーフ20	野球場	40	陸上競技場	1団体30人2団体まで	第2球技場	30	テニスコート	15	弓道場	10	トレ室	利用可	シャワー室	-	更衣室	利用可	武道場	30	パーク	10	Score	10	サークル会館	-	プレアホール	利用可	大教室	30	中教室	15	小教室	10	教室	5	フルメンバー
体育館	各コート5																																																																																																																																																													
サッカー場	ハーフ10																																																																																																																																																													
野球場	15																																																																																																																																																													
陸上競技場	1団体10人2団体まで																																																																																																																																																													
第2球技場	10																																																																																																																																																													
テニスコート	6																																																																																																																																																													
弓道場	4																																																																																																																																																													
トレ室	-																																																																																																																																																													
シャワー室	-																																																																																																																																																													
更衣室	-																																																																																																																																																													
武道場	5																																																																																																																																																													
パーク	3																																																																																																																																																													
Score	4																																																																																																																																																													
サークル会館	-																																																																																																																																																													
プレアホール	5																																																																																																																																																													
大教室	15																																																																																																																																																													
中教室	10																																																																																																																																																													
小教室	5																																																																																																																																																													
演習室	2																																																																																																																																																													
体育館	各コート10																																																																																																																																																													
サッカー場	ハーフ15																																																																																																																																																													
野球場	20																																																																																																																																																													
陸上競技場	1団体15人2団体まで																																																																																																																																																													
第2球技場	15																																																																																																																																																													
テニスコート	8																																																																																																																																																													
弓道場	6																																																																																																																																																													
トレ室	-																																																																																																																																																													
シャワー室	-																																																																																																																																																													
更衣室	利用可																																																																																																																																																													
武道場	15																																																																																																																																																													
パーク	4																																																																																																																																																													
Score	6																																																																																																																																																													
サークル会館	-																																																																																																																																																													
プレアホール	利用可																																																																																																																																																													
大教室	20																																																																																																																																																													
中教室	15																																																																																																																																																													
小教室	5																																																																																																																																																													
教室	3																																																																																																																																																													
体育館	各コート15																																																																																																																																																													
サッカー場	ハーフ15																																																																																																																																																													
野球場	30																																																																																																																																																													
陸上競技場	1団体25人2団体まで																																																																																																																																																													
第2球技場	25																																																																																																																																																													
テニスコート	10																																																																																																																																																													
弓道場	8																																																																																																																																																													
トレ室	利用可																																																																																																																																																													
シャワー室	-																																																																																																																																																													
更衣室	利用可																																																																																																																																																													
武道場	25																																																																																																																																																													
パーク	5																																																																																																																																																													
Score	8																																																																																																																																																													
サークル会館	-																																																																																																																																																													
プレアホール	利用可																																																																																																																																																													
大教室	30																																																																																																																																																													
中教室	15																																																																																																																																																													
小教室	5																																																																																																																																																													
教室	4																																																																																																																																																													
体育館	各コート20																																																																																																																																																													
サッカー場	ハーフ20																																																																																																																																																													
野球場	40																																																																																																																																																													
陸上競技場	1団体30人2団体まで																																																																																																																																																													
第2球技場	30																																																																																																																																																													
テニスコート	15																																																																																																																																																													
弓道場	10																																																																																																																																																													
トレ室	利用可																																																																																																																																																													
シャワー室	-																																																																																																																																																													
更衣室	利用可																																																																																																																																																													
武道場	30																																																																																																																																																													
パーク	10																																																																																																																																																													
Score	10																																																																																																																																																													
サークル会館	-																																																																																																																																																													
プレアホール	利用可																																																																																																																																																													
大教室	30																																																																																																																																																													
中教室	15																																																																																																																																																													
小教室	10																																																																																																																																																													
教室	5																																																																																																																																																													
指導者/マネージャー	-	指導/参加	指導/参加	指導/参加	指導/参加	指導/参加																																																																																																																																																								
活動時間/回	-	1時間	1.5時間	2時間	2時間	通常																																																																																																																																																								
大会派遣	-	原則不可	原則不可	原則不可	原則不可	通常																																																																																																																																																								
ミーティング		可（要申請・30分程度・指導者同席・3密回避が可能な場所）				通常																																																																																																																																																								



11月23日～



11月16日現在

各Phase共通事項**会合を止め、感染するリスクを減らす**

- (1) 5人以上での会食やカラオケは催さない、誘わない、参加しない。
- (2) 室内や車内など、狭い空間で長時間一緒にいることを避ける。

毎日の体調確認を徹底する

- (1) 体温チェック
 - ①37.5°C以上もしくは平熱を1°C以上超える発熱はないか
- (2) 体調チェック
 - ①咳や喉の痛みはないか？
 - ②だるさ（倦怠感）や息苦しさはないか？
 - ③嗅覚、味覚に異常はないか？
 - ④身体が重く感じる、疲れやすい等の症状はないか？

感染予防のための基本的な対応を徹底する

- (1) マスクの着用状況に応じ、十分な距離を確保
- (2) 不織布のマスクを着用
- (3) 手洗いと消毒の実施
- (4) 水分・塩分の補給
- (5) 回し飲みはしない
- (6) 1時間に5分程度、窓・扉の開閉による換気を必ず行う

備考 ※11/16現在、札幌大学の感染者数 30人(うち、クラスター26人)

- ・プロスポーツ、各種連盟、協会の取組を参考に、感染状況を踏まえ本ガイドラインは必要に応じ更新する。
- ・学外施設を利用する場合は、本ガイドラインを遵守するほか、施設管理者等の定めに従う。
- ・**対外（大会・練習）試合は原則今年度末まで不参加とする。**
- ・**連盟、協会より、派遣依頼があった場合は、学生課に相談すること。（都度検討）**
- ・**指導者は健康状況チェック及び行動履歴確認の指導をする。**
- ・本ガイドラインから逸脱する行動を確認した場合は、練習停止や施設開放の中止を行う場合がある。