

- ・食事は対面を避け、会話は禁止すること。
- ・こまめに手指消毒をするように呼び掛ける。

大会参加にあたって/試合当日の留意事項

1)	大会当日受付にて「連絡先及び健康状態申告書」()を必ずご提出ください。 <ul style="list-style-type: none"> ・「連絡先および健康状態申告書」には、試合日7日間前からの情報提供をお願いいたします。 ・チームでの参加や団体戦においては、チーム責任者が全員分を取りまとめ、受付に提出ください。
2)	過去7日間以内で以下の事項に該当する者は参加できません。 <ul style="list-style-type: none"> ・平熱を超える発熱(おおむね37度5分以上)がある場合 ・風邪の症状(咳、のどの痛みなど)がある場合 ・倦怠感(だるさ/体が重い/疲れやすいなど)、呼吸困難(息苦しさなど)がある場合 ・臭覚や味覚の異常がある場合 ・新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触がある場合 ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方(上記の症状を有する方)がいる場合 ・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、地域等への渡航又は、当該在住者との濃厚接触がある場合
3)	役員/選手/関係者(来場者全員)は体育館入館時にアルコール消毒液で手指の消毒をし、その後も、こまめな手洗いとアルコール消毒液での手指消毒を行うこと。
4)	役員/選手/関係者(来場者全員)は口と鼻をしっかりと覆うマスクを持参し着用し、競技中のマスク着用については大会要項の指示に従ってください。
5)	役員/選手/関係者(来場者全員)は、受付時に役員が検温する。
6)	役員/選手/関係者(来場者全員)は、ソーシャルディスタンスを守り(できるだけ2m以上)三密をさけること。(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)
7)	当日「連絡先及び健康状態申告書」を忘れた者は役員に申し出る。
8)	役員は、アリーナ内準備の際、卓球台は十分な間隔(4m推奨)を開けて設置すること。

連盟ホームページからダウンロードし、各自が事前にご用意ください。

試合開始前の練習での周知事項

1)	クロスでの練習は各クロス2名で最大4名までとする。
2)	ダブルスの練習は、ペアのみの使用でクロスの使用は認めない。
3)	ダブルス練習中でのペア同士の打合せはお互い「飛沫感染」「接触感染」の対策を取ること。特に、「飛沫感染」対策として、口をタオル等で覆い、飛沫させないようにすること。
4)	数多くのボールを使っでの練習は避ける。(他人のボールと混同を避けるため。)
5)	卓球台、及びその他のものには触れないように注意。手拭きタオルは持参のこと。
6)	むやみに手で顔(特に目、鼻、口)を触らないよう努めてください。
7)	練習終了後は手差し消毒による除菌をし、感染予防に努めてください。

試合開始後の周知事項

1)	ダブルス試合については次の行為を厳守してください。 ・得点をするたびに、声を出してパートナーを称えたり、ハイタッチをする行為を禁止。 ・試合中の打合せ(小声の作戦)は口をハンカチ等で押さえ、飛沫感染、接触感染対策に努めてください。
2)	対戦前後、両選手は握手しないで、挨拶だけにする。
3)	卓球台で手を拭く癖のある選手はその行為をしないこと。手でシューズの底を拭くことはやめてください。
4)	手でむやみに顔(特に目、鼻、口)を触らないよう努めてください。
5)	ベンチコーチはアドバイス時には距離をおき飛沫感染、接触感染を防いでください。
6)	ベンチでの応援は・大声を出さず、拍手のみ。終了後もベンチでハイタッチ、握手を避ける。
7)	タオルは共用しない。自分専用を用意してください。
8)	ペットボトルは他の人との飲み回しはせず、自分専用にしてください。飲み残しをしないで、責任を持って片付ける。
9)	マッチが終了したら手指消毒をすること。
10)	マッチが終了したら使用球を本部席へ返却し、洗浄済の使用球を受け取り、次の試合に備える。
11)	役員/選手/関係者(来場者全員)は口と鼻をしっかりと覆うマスクを持参し着用し、競技中のマスク着用については大会要項及び開会式での指示に従ってください。
12)	食事は対面を避けて、食事中は会話をしないでください。まとまって一緒にとらないよう努めてください。

大会終了後の周知事項

1)	ゴミ(弁当空容器,ペットボトル,紙くず等)の処理は、各自で持ち帰ってください。
2)	忘れ物をしないように各自、気をつけましょう。忘れたタオルは廃棄しますのでご注意ください。
3)	グループでの懇親会,ミーティング等は、三つの密になる場所は避けること。

観客の管理

1)	当面の間、無観客試合で行います。選手・監督以外の観戦は控えてください。観客席で待機しているチーム及び選手はマスクを着用し、席が密にならないよう、注意してください。また、大声での声援を送らないことや会話を控えてください。
----	---

日常生活

<p>1)</p>	<p>感染リスクが高まる「5つの場面」、「新しい生活様式」の励行。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「5つの場面」 <ol style="list-style-type: none"> 1. 飲酒を伴う懇親会等 2. 大人数や長時間に及ぶ飲食 3. マスクなしでの会話 4. 狭い空間での共同生活 5. 居場所の切り替わり ・「新しい生活様式」 日常生活を営む上での基本的な生活様式 <ol style="list-style-type: none"> 1. まめに手洗い・手指消毒 2. 咳エチケットの徹底（マスク着用） 3. こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） 4. 身体的距離の確保 5. 「三密」の回避（密集、密接、密閉） 6. 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事/禁煙等、適切な生活習慣の理解/実行 7. 毎朝の検温/健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養
<p>2)</p>	<p>新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」のダウンロードを推奨します https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html</p>

大会終了後7日間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告して下さい。

連絡先：板橋区卓球連盟 事務局

電話番号 03 3956 - 9121