

2021年4月11日
兵庫県ラグビースクール

新型コロナウイルス感染予防のための留意事項

1. 練習当日

- 練習当日の朝は必ず検温を行ってください。平熱を超える発熱がある場合は、練習を休んでください。また、だるさ・息苦しさ、嗅覚や味覚の異常、咳・のどの痛みなどの風邪の症状、体が重く感じる・疲れやすい、という症状がある場合も、練習を休んでください。
- 「新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート」を各自作成（印刷）し記入して、必ず手帳とともに提出してください。

2. 練習を見学される保護者の方の留意事項

- 保護者の方のグラウンドへの入場は生徒1名につき保護者1名のみとさせていただきます。
- マスクの着用とともに近距離での会話を避けていただきますようお願いいたします。
- グラウンドに入られる保護者の方は、子供の「新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート」でご自身の体調もチェックし、同伴保護者名を記入してください。

3. 学校や職場で感染者が出た場合の対応

- 子供の学校で新型コロナウイルスの感染者が出た場合、その感染者が他のクラスもしくは他の学年であっても、感染者が出たことが確認された日から2週間経過する日まで、スクールの練習への参加はしないでください。また、各班の班長までその旨ご一報ください。
- 保護者につきましても、職場で新型コロナウイルスの感染者が発生し、濃厚接触者となった場合、PCR 検査の結果が陰性であっても、感染者が出たことが確認された日から2週間経過する日まで、スクールの練習の見学はしないでください。

4. その他

- 日頃から、兵庫県が示す感染拡大防止に関する要請事項を遵守し、新型コロナウイルス感染予防に努めてください。

新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート

保護者の皆さまへ

より安全にラグビーを楽しんで頂くために、練習当日のお子さんの状態を教えてください。

日付	年	月	日		
生徒氏名				学年	
同伴保護者氏名			緊急連絡先	電話	

練習会場に入る保護者は氏名を記入してください。

同伴者は出来る限り1名でお願いします。

◎ 下記項目にひとつでも該当すれば練習参加は禁止です。(家族・同居人を含む)

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 平熱を超える発熱 | <input type="checkbox"/> 咳(せき)のどの痛みなどの風邪の症状 |
| <input type="checkbox"/> だるさ・息苦しさ | <input type="checkbox"/> 体が重く感じる、疲れやすい |
| <input type="checkbox"/> 臭覚や味覚の異常 | <input type="checkbox"/> この14日間に新型コロナウイルス感染症の陽性者との接触 |

◎ 上記項目をクリアーしましたら下記のチェックをしてください。

①	昨夜の睡眠は十分	十分	不十分	7時間～8時間の睡眠が摂れているか
②	食欲はあるか	ある	ない	3食しっかりバランスよく食べる
③	下痢をしていないか	ない	ある	おなかの調子はいかがでしょうか？
④	頭痛や胸痛はないか	ない	ある	その他気になるところ ()
⑤	関節の痛みはないか	ない	ある	ある場合は箇所を記入 ()
⑥	過労はないか	ない	ある	ある場合は具体的に ()
⑦	前回のス ^o -ツの疲れは残っていないか	ない	ある	ある場合は具体的に記入 ()
⑧	今日のスクールに参加する意欲は十分にあるか	ある	ない	今日の目標 ()

気になることがあれば遠慮なくご相談下さい。

保護者サイン	
--------	--

◎ 各自 水を最低1リットルは持参してください

◎ 各自 汗ふき用タオルを持参してください

新型コロナウイルス感染症拡大防止とラグビースクール活動の安全な再開のためご協力を御願い致します。

兵庫県ラグビースクール

確認	
----	--

新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート

保護者の皆さまへ

より安全にラグビーを楽しんで頂くために、練習当日のお子さんの状態を教えてください。

日付	年	月	日		
生徒氏名				学年	
同伴保護者氏名			緊急連絡先	電話	

練習会場に入る保護者は氏名を記入してください。
同伴者は出来る限り1名をお願いします。

***予防対策**

自宅から練習会場までマスクを着用

練習前後の手洗い・消毒

握手・ハイタッチ・ハグの禁止

十分な距離をとる（着替え・集合・アップ・クールダウン・フィットネス）

唾・痰をグラウンドへはかない

近い間隔では大声を出さない

◎ **下記項目にひとつでも該当すれば練習参加は禁止です。（家族・同居人を含む）**

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 平熱を超える発熱 | <input type="checkbox"/> 咳（せき）のどの痛みなどの風邪の症状 |
| <input type="checkbox"/> だるさ・息苦しさ | <input type="checkbox"/> 体が重く感じる、疲れやすい |
| <input type="checkbox"/> 臭覚や味覚の異常 | <input type="checkbox"/> この14日間にコロナウイルス感染症の陽性者との接触 |

◎ **上記項目をクリアしましたら下記のチェックをしてください。**

①	昨夜の睡眠は十分	十分	不十分	7時間～8時間の睡眠が摂れているか
②	食欲はあるか	ある	ない	3食しっかりバランスよく食べる
③	下痢をしていないか	ない	ある	おなかの調子はいかがですか？
④	頭痛や胸痛はないか	ない	ある	その他気になるところ ()
⑤	関節の痛みはないか	ない	ある	ある場合は箇所を記入 ()
⑥	過労はないか	ない	ある	ある場合は具体的に ()
⑦	前回のスポーツの疲れは残っていないか	ない	ある	ある場合は具体的に記入 ()
⑧	今日のスクールに参加する意欲は十分にあるか	ある	ない	今日の目標 ()

気になることがあれば遠慮なくご相談下さい。

保護者サイン	
--------	--

◎ **各自 水を最低1リットルは持参してください**

◎ **各自 汗ふき用タオルを持参してください**

新型コロナウイルス感染症拡大防止とラグビースクール活動の安全な再開のためご協力を御願い致します。

兵庫県ラグビースクール

確認	
----	--

新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート

指導者の皆さまへ

より安全にラグビーを楽しんで頂くために、練習当日ご自身の状態を確認してください。

日付		年	月	日		
氏名				担当学年		
緊急 連絡先	電話			メール		

◎ 下記項目にひとつでも該当すれば練習参加は禁止です。(家族・同居人を含む)

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 平熱を超える発熱 | <input type="checkbox"/> 咳（せき）のどの痛みなどの風邪の症状 |
| <input type="checkbox"/> だるさ・息苦しさ | <input type="checkbox"/> 体が重く感じる、疲れやすい |
| <input type="checkbox"/> 臭覚や味覚の異常 | <input type="checkbox"/> この14日間にコロナウイルス感染症の陽性者との接触 |

感染予防対策

①	自宅から帰宅までマスクを着用	練習前にチェックリストを提出
②	練習前後の手洗い・消毒	練習用具の消毒や生徒への指導にご協力ください
③	ソーシャルディスタンスの確保	更衣・集合・アップ・クールダウン・フィットネスなど、1～2mの間隔をとる
④	近い間隔では大声を出さない	唾・痰をグラウンドへはかない
⑤	握手・ハイタッチ・抱擁の禁止	身体に触れる指導は行わない
⑥	トレーニングは10名以下の単位	段階を踏んで全体練習へ移行します
⑦	車の相乗りは極力避ける	当面の間は家族・同居人以外との相乗りは避けてください。
⑧	グラウンド内での飲食禁止	

- ◎ 各自 水を最低 1 リットルは持参してください
- ◎ 各自 汗ふき用タオルを持参してください

新型コロナウイルス感染症拡大防止とラグビースクール活動の安全な再開のためご協力を御願い致します。

兵庫県ラグビースクール

確認	
----	--

Important Matters to Prevent New Coronavirus Infection

1. When your child participates in practice

- Be sure to take temperature of your child on the morning of the practice day. Please do not participate in practice if your child has fever exceeding normal temperature. Also, if your child has symptoms such as dullness/suffocation, abnormal olfaction or taste, cold symptoms such as cough/sore throat, or feeling heavy/easy to get tired, please refrain from participating in the practice.
- Please print “Self-check sheet for new coronavirus infection prevention” for your child and fill it out, and submit it together with the health check book.

2. To parents watching practice

- Only one parent can enter a practice venue per student.
- Please wear a mask and avoid talking at short distance.
- A parent who is going to enter a practice venue is requested to check the physical condition by using “Self-check sheet for new coronavirus infection prevention” of your child by yourself, and fill in your name.

3. What to do if an infected person appears at school or workplace

- If a student infected with the new coronavirus appears in your child's school, even if the infected person is in another class or grade, please refrain from participating in the practice until two weeks have passed from the day when the infected student was confirmed. Also, please inform the leader of each group to that effect.
- As for parents, if a person infected with the new coronavirus appears in the workplace and the parents become close contact, even if the PCR test result of the parents is negative, please refrain from observing the practice of our school until two weeks have passed from the day when the infected person was confirmed.

4. Others

- Please comply with the requirements for new coronavirus infection prevention from Hyogo Prefecture and make efforts to prevent infection with the new coronavirus.

Self-check sheet for new coronavirus infection prevention

To Parents

In order to enjoy rugby more safely, please inform of the health condition of your child on the morning of the practice day.

Date			
Name of student		School year	
Name of parent		Emergency contact	Phone

Parent entering practice venue must fill in the name.

Only one parent can enter the ground per student.

◎ Practice participation is prohibited if any of the following items apply. (Including family and person living together)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Fever exceeding normal temperature | <input type="checkbox"/> Cold symptoms such as cough and sore throat |
| <input type="checkbox"/> Dullness/suffocation | <input type="checkbox"/> Feeling heavy, easy to get tired |
| <input type="checkbox"/> Abnormal olfaction or taste | <input type="checkbox"/> Contact with positive coronavirus infections during the last 14 days |

◎ If none of the above items apply, please check the following.

①	Enough sleep	Yes	No	Did your child sleep for 7 to 8 hours?
②	Good appetite	Yes	No	Please eat three meals with good nutritional balance.
③	Diarrhea	No	Yes	Is your child feeling well in stomach and intestines?
④	Headache or Chest pain	No	Yes	Other concerns ()
⑤	Pain in joints	No	Yes	If yes, fill in the painful part. ()
⑥	Getting too tired	No	Yes	If yes, specify it. ()
⑦	Feeling tired due to other sports?	No	Yes	If yes, specify it. ()
⑧	Motivated to today's practice?	Yes	No	Today's goal ()

If you have any concerns, please do not hesitate to contact us.

Signature of parent	
---------------------	--

- ◎ Please bring at least 1 liter of water.
- ◎ Please bring your own towel to wipe sweat.

We would like to ask for your cooperation in the prevention of the spread of new coronavirus infectious diseases and the safe resumption of school activities.

Hyogo Rugby Football School

Checked by school	
-------------------	--

Self-check sheet for new coronavirus infection prevention

To Parents

In order to enjoy rugby more safely, please inform of the health condition of your child on the morning of the practice day.

Date			
Name of student		School year	
Name of parent		Emergency contact	Phone

*Parent entering practice venue must fill in the name.
Only one parent can enter the ground per student.*

***Preventive measures**

- Wear a mask from home to practice venue
- Hand washing and disinfection before and after practice
- Prohibition of handshake, high-five and hug
- Keeping a distance (changing clothes, gathering, warming up, cooling down, practice)
- Do not spit saliva or sputum on the field
- Do not shout at close distance

◎ Practice participation is prohibited if any of the following items apply. (Including family and person living together)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Fever exceeding normal temperature | <input type="checkbox"/> Cold symptoms such as cough and sore throat |
| <input type="checkbox"/> Dullness/suffocation | <input type="checkbox"/> Feeling heavy, easy to get tired |
| <input type="checkbox"/> Abnormal olfaction or taste | <input type="checkbox"/> Contact with positive coronavirus infections during the last 14 days |

◎ If none of the above items apply, please check the following.

①	Enough sleep	Yes	No	Did your child sleep for 7 to 8 hours?
②	Good appetite	Yes	No	Please eat three meals with good nutritional balance.
③	Diarrhea	No	Yes	Is your child feeling well in stomach and intestines?
④	Headache or Chest pain	No	Ye	Other concerns ()
⑤	Pain in joints	No	Yes	If yes, fill in the painful part. ()
⑥	Getting too tired	No	Yes	If yes, specify it. ()
⑦	Feeling tired due to other sports?	No	Yes	If yes, specify it. ()
⑧	Motivated to today's practice?	Yes	No	Today's goal ()

If you have any concerns, please do not hesitate to contact us.

Signature of parent	
----------------------------	--

- ◎ **Please bring at least 1 liter of water.**
- ◎ **Please bring your own towel to wipe sweat.**

We would like to ask for your cooperation in the prevention of the spread of new coronavirus infectious diseases and the safe resumption of school activities.

Hyogo Rugby Football School

Checked by school	
--------------------------	--

Self-check sheet for new coronavirus infection prevention

To Coaches

In order to enjoy rugby more safely, please check the health condition by yourselves on the morning of the practice day.

Date			
Name		School year in charge	
Emergency contact	Phone	Email	

◎ Practice participation is prohibited if any of the following items apply. (Including family and person living together)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Fever exceeding normal temperature
<input type="checkbox"/> Dullness/suffocation
<input type="checkbox"/> Abnormal olfaction or taste | <input type="checkbox"/> Cold symptoms such as cough and sore throat
<input type="checkbox"/> Feeling heavy, easy to get tired
<input type="checkbox"/> Contact with positive coronavirus infections during the last 14 days |
|--|--|

Infection preventive measures

①	Wear a mask from departing home to getting home	Submit this checklist before practice
②	Hand washing and disinfection before and after practice	Cooperate disinfect the training equipment and coach the students
③	Keeping a distance	Keeping 1-2m distance (changing clothes, gathering, warming up, cooling down, practice)
④	Do not shout at close distance	Do not spit saliva or sputum on the ground
⑤	Prohibition of handshake, high-five and hug	Do not give instructions to touch the students body
⑥	Training to be done in unit of 10 people or less	Follow certain steps to proceed to full practice
⑦	Avoid carpooling as much as possible	Avoid carpooling with anyone other than your family or person living together for the time being
⑧	No food or drink in the field	

- ◎ Please bring at least 1 liter of water.
- ◎ Please bring your own towel to wipe sweat.

We would like to ask for your cooperation in the prevention of the spread of new coronavirus infectious diseases and the safe resumption of school activities.

Hyogo Rugby Football School

Checked by school	
-------------------	--

新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート

保護者の皆さまへ

より安全にラグビーを楽しんで頂くために、練習当日のお子さんの状態を教えてください。

日付	年	月	日		
生徒氏名				学年	
同伴保護者氏名			緊急連絡先	電話	

練習会場に入る保護者は氏名を記入してください。

同伴者は出来る限り1名でお願いします。

◎ 下記項目にひとつでも該当すれば練習参加は禁止です。(家族・同居人を含む)

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 平熱を超える発熱 | <input type="checkbox"/> 咳（せき）のどの痛みなどの風邪の症状 |
| <input type="checkbox"/> だるさ・息苦しさ | <input type="checkbox"/> 体が重く感じる、疲れやすい |
| <input type="checkbox"/> 臭覚や味覚の異常 | <input type="checkbox"/> この14日間に新型コロナウイルス感染症の陽性者との接触 |

◎ 上記項目をクリアーしましたら下記のチェックをしてください。

①	昨夜の睡眠は十分	十分	不十分	7時間～8時間の睡眠が摂れているか	
②	食欲はあるか	ある	ない	3食しっかりバランスよく食べる	
③	下痢をしていないか	ない	ある	おなかの調子はいかがでしょうか？	
④	頭痛や胸痛はないか	ない	ある	その他気になるところ	()
⑤	関節の痛みはないか	ない	ある	ある場合は箇所を記入	()
⑥	過労はないか	ない	ある	ある場合は具体的に	()
⑦	前回のス ^o -ツの疲れは残っていないか	ない	ある	ある場合は具体的に記入	()
⑧	今日のスクールに参加する意欲は十分にあるか	ある	ない	今日の目標	()

気になることがあれば遠慮なくご相談下さい。

保護者サイン

◎ 各自 水を最低1リットルは持参してください

◎ 各自 汗ふき用タオルを持参してください

新型コロナウイルス感染症拡大防止とラグビースクール活動の安全な再開のためご協力を御願い致します。

兵庫県ラグビースクール

確認

新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート

保護者の皆さまへ

より安全にラグビーを楽しんで頂くために、練習当日のお子さんの状態を教えてください。

日付	年	月	日		
生徒氏名				学年	
同伴保護者氏名			緊急連絡先	電話	

練習会場に入る保護者は氏名を記入してください。
同伴者は出来る限り1名をお願いします。

***予防対策**

自宅から練習会場までマスクを着用

練習前後の手洗い・消毒

握手・ハイタッチ・ハグの禁止

十分な距離をとる（着替え・集合・アップ・クールダウン・フィットネス）

唾・痰をグラウンドへはかない

近い間隔では大声を出さない

◎ **下記項目にひとつでも該当すれば練習参加は禁止です。（家族・同居人を含む）**

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 平熱を超える発熱 | <input type="checkbox"/> 咳（せき）のどの痛みなどの風邪の症状 |
| <input type="checkbox"/> だるさ・息苦しさ | <input type="checkbox"/> 体が重く感じる、疲れやすい |
| <input type="checkbox"/> 臭覚や味覚の異常 | <input type="checkbox"/> この14日間にコロナウイルス感染症の陽性者との接触 |

◎ **上記項目をクリアしましたら下記のチェックをしてください。**

①	昨夜の睡眠は十分	十分	不十分	7時間～8時間の睡眠が摂れているか
②	食欲はあるか	ある	ない	3食しっかりバランスよく食べる
③	下痢をしていないか	ない	ある	おなかの調子はいかがですか？
④	頭痛や胸痛はないか	ない	ある	その他気になるところ ()
⑤	関節の痛みはないか	ない	ある	ある場合は箇所を記入 ()
⑥	過労はないか	ない	ある	ある場合は具体的に ()
⑦	前回のスポーツの疲れは残っていないか	ない	ある	ある場合は具体的に記入 ()
⑧	今日のスクールに参加する意欲は十分にあるか	ある	ない	今日の目標 ()

気になることがあれば遠慮なくご相談下さい。

保護者サイン	
--------	--

◎ **各自 水を最低1リットルは持参してください**

◎ **各自 汗ふき用タオルを持参してください**

新型コロナウイルス感染症拡大防止とラグビースクール活動の安全な再開のためご協力を御願ひ致します。

兵庫県ラグビースクール

確認	
----	--

新型コロナウイルス感染症拡大予防対策用セルフチェックシート

指導者の皆さまへ

より安全にラグビーを楽しんで頂くために、練習当日ご自身の状態を確認してください。

日付		年	月	日		
氏名				担当学年		
緊急 連絡先	電話			メール		

◎ 下記項目にひとつでも該当すれば練習参加は禁止です。(家族・同居人を含む)

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 平熱を超える発熱 | <input type="checkbox"/> 咳（せき）のどの痛みなどの風邪の症状 |
| <input type="checkbox"/> だるさ・息苦しさ | <input type="checkbox"/> 体が重く感じる、疲れやすい |
| <input type="checkbox"/> 臭覚や味覚の異常 | <input type="checkbox"/> この14日間にコロナウイルス感染症の陽性者との接触 |

感染予防対策

①	自宅から帰宅までマスクを着用	練習前にチェックリストを提出
②	練習前後の手洗い・消毒	練習用具の消毒や生徒への指導にご協力ください
③	ソーシャルディスタンスの確保	更衣・集合・アップ・クールダウン・フィットネスなど、1～2mの間隔をとる
④	近い間隔では大声を出さない	唾・痰をグラウンドへはかない
⑤	握手・ハイタッチ・抱擁の禁止	身体に触れる指導は行わない
⑥	トレーニングは10名以下の単位	段階を踏んで全体練習へ移行します
⑦	車の相乗りは極力避ける	当面の間は家族・同居人以外との相乗りは避けてください。
⑧	グラウンド内での飲食禁止	

- ◎ 各自 水を最低 1 リットルは持参してください
- ◎ 各自 汗ふき用タオルを持参してください

新型コロナウイルス感染症拡大防止とラグビースクール活動の安全な再開のためご協力を御願い致します。

兵庫県ラグビースクール

確認	
----	--

Important Matters to Prevent New Coronavirus Infection

1. When your child participates in practice

- Be sure to take temperature of your child on the morning of the practice day. Please do not participate in practice if your child has fever exceeding normal temperature. Also, if your child has symptoms such as dullness/suffocation, abnormal olfaction or taste, cold symptoms such as cough/sore throat, or feeling heavy/easy to get tired, please refrain from participating in the practice.
- Please print “Self-check sheet for new coronavirus infection prevention” for your child and fill it out, and submit it together with the health check book.

2. To parents watching practice

- Only one parent can enter a practice venue per student.
- Please wear a mask and avoid talking at short distance.
- A parent who is going to enter a practice venue is requested to check the physical condition by using “Self-check sheet for new coronavirus infection prevention” of your child by yourself, and fill in your name.

3. What to do if an infected person appears at school or workplace

- If a student infected with the new coronavirus appears in your child's school, even if the infected person is in another class or grade, please refrain from participating in the practice until two weeks have passed from the day when the infected student was confirmed. Also, please inform the leader of each group to that effect.
- As for parents, if a person infected with the new coronavirus appears in the workplace and the parents become close contact, even if the PCR test result of the parents is negative, please refrain from observing the practice of our school until two weeks have passed from the day when the infected person was confirmed.

4. Others

- Please comply with the requirements for new coronavirus infection prevention from Hyogo Prefecture and make efforts to prevent infection with the new coronavirus.

Self-check sheet for new coronavirus infection prevention

To Coaches

In order to enjoy rugby more safely, please check the health condition by yourselves on the morning of the practice day.

Date			
Name		School year in charge	
Emergency contact	Phone	Email	

◎ Practice participation is prohibited if any of the following items apply. (Including family and person living together)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Fever exceeding normal temperature
<input type="checkbox"/> Dullness/suffocation
<input type="checkbox"/> Abnormal olfaction or taste | <input type="checkbox"/> Cold symptoms such as cough and sore throat
<input type="checkbox"/> Feeling heavy, easy to get tired
<input type="checkbox"/> Contact with positive coronavirus infections during the last 14 days |
|--|--|

Infection preventive measures

①	Wear a mask from departing home to getting home	Submit this checklist before practice
②	Hand washing and disinfection before and after practice	Cooperate disinfect the training equipment and coach the students
③	Keeping a distance	Keeping 1-2m distance (changing clothes, gathering, warming up, cooling down, practice)
④	Do not shout at close distance	Do not spit saliva or sputum on the ground
⑤	Prohibition of handshake, high-five and hug	Do not give instructions to touch the students body
⑥	Training to be done in unit of 10 people or less	Follow certain steps to proceed to full practice
⑦	Avoid carpooling as much as possible	Avoid carpooling with anyone other than your family or person living together for the time being
⑧	No food or drink in the field	

- ◎ Please bring at least 1 liter of water.
- ◎ Please bring your own towel to wipe sweat.

We would like to ask for your cooperation in the prevention of the spread of new coronavirus infectious diseases and the safe resumption of school activities.

Hyogo Rugby Football School

Checked by school	
-------------------	--