

## 陸上競技部

全体の留意事項に加えて以下の点に留意し活動します。

無理に登校する必要はありません。不安な場合は各自での活動でも構いません。

### 1. 活動

- ・ **3月**は25・26・27・30日の午前、31日の午後に行います。
- ・ **(中学は25日の練習はありません)**
- ・ **4月**は1日、3日、4日、5日の午前に行います。

### 2. 登校前に検温

- ・ 登校前に体温を測ってきてください。**登校後報告**をしてもらいます。

### 3. マスクを着用して登校

- ・ 登下校はできるだけマスクを着用してください。(特に電車通学者)

### 4. 時差登校について

- ・ 高校…25日は**8:30に長距離以外、9:00に長距離**の集合とします。
- ・ **中学…26日の集合は8:30です。**
- ・ 26日以降は、25日に伝えます。

### 5. 雨天時の練習について

- ・ 練習場所の確保ができないため、学校での練習は行いません。

### 6. 登下校の服装は制服、部活動の共通ウェア【特例】

- ・ 練習前の更衣を省略するため、登校時の服装は、通常<sup>の</sup>制服に加えて、体操服や部活動の共通ウェアでも可とします。(ただし今回の対応に関わる特例措置とします)

### 7. 部室・更衣室の分散使用

- ・ 時差を設けて、部室や更衣室にはできるだけ人数を少なくして利用してください。

### 8. 水分補給について

- ・ こまめな水分補給が感染防止に役立つことから、各自で十分な準備をお願いします。
- ・ 全員が利用できるお茶等の準備は行いません。**各自多めに準備**してください。

### 9. マット不使用に伴い代用品を持参

- ・ 補強練習等に使用しているマットについては、期間中使用を控えます。
- ・ 代わりになるもの(マットや大きめのタオル等)を準備してください。  
(ストレッチや腹筋等するときはどうしたらよいかイメージしてください)

※その他必要なことは25日以降に連絡します。

※不安なことがあったら、顧問まで連絡してください。