

ウィズコロナ下での当面のウォールハンドボールにおける考慮事項

2020年5月

一般社団法人日本ウォールハンドボール協会

○プレー以前の考慮事項(事前準備)

- ・フェイスマスク等の準備と使用…やりにくいですが可能な限り
- ・プレー相手の選定…不特定多数にせず、当面は同居や身近な人などと固定的に
- ・閉鎖空間の4ウォールハンドボールよりもワンウォールハンドボール(アウトドア、体育館)
- ・十分なウォームアップ…ブランクもあるため、以前に比べ入念に。ケガやオーバーワークに注意。

ただし、ウォームアップも他の人と離れて

- ・自身の飲み物の携行…共同のウォータークーラー等は使わない。

○以下のような場合はプレーを自粛(クラブ、コートには来ない)

- ・コロナウィルスの陽性はもちろん、発熱、せき、その他の症状がある場合
- ・過去 14 日間に陽性者又はその疑いのある人と接触の可能性がある場合
- ・自ら又は同居者が高齢者、基礎疾患がある場合

○より安全なプレーのために(プレー中の考慮事項)

- ・ドアの開閉は、特定の間で固定。ゲーム間は開けたままにする。
- ・ボールに触るのは、グローブを付けてから。グローブで顔を触らない。
- ・ダブルスよりシングルス
- ・ポイント間(ラリーとラリーの間)、ゲーム間でのソーシャルディスタンスの確保
- ・握手なし、タッチなし、シャウトなし
- ・用具、食べ物、飲み物、タオル等を共有しない。
- ・コート中において、プレー中でも2mのソーシャルディスタンスを確保、マスク等を付けずにしゃべらない。

○プレー後の考慮事項

- ・用具や手の消毒、シャワーは自宅で
- ・プレー後もソーシャルディスタンスを確保、交流は適度に