

北海道高体連登山専門部 2021年度活動指針について

北海道高等学校体育連盟登山専門部長 鈴木 淳
 (北海道旭川北高等学校校長)
 北海道高等学校体育連盟登山専門委員長 細野 護
 (北海道旭川北高等学校教諭)

登山専門部は、新型コロナウイルス感染症に注意が必要な中、登山は野外でオープンな空間での活動を主としており、活動中でも第三者との接触が少ない競技ではあるが、他の競技同様、適切な距離の維持や過度の接触の自粛、手洗いの励行、マスクの着用などを適切に実施するとともに、登山活動や登山競技に特有な状況に応じて、感染防止のための対応が必要であると考え。なお、北海道内上位専門団体である北海道山岳連盟および山岳4団体が2020年5月(1度目の緊急事態宣言解除後)に提示した活動指針を元に2021年度の活動指針について提示する。

1. 各学校単位での日帰りの登山活動

- ・生徒には朝の検温を義務づけ、健康に少しでも問題がある場合は山行に参加させない。
- ・登山口までの移動
 - A：現地集合が容易にできる登山口の場合は現地集合とする。
 - B：現地集合が容易にできない場所の場合は保護者の送迎が最も適切であるが難しい場合には公用車、タクシー、貸し切りバス等を利用する。
 この場合にはマスク等を着用し、窓等は極力解放するか30分に1回以上の換気を実施すること。
- ・登山行動中は2mを基準とする間隔(ソーシャルディスタンス)をとり、密着を避けること。また、休憩時はマスク等を着用し、他者との接触、密着を極力避けること。
- ・行動中の連絡はデジタル無線や携帯電話を用いるか、休憩時と同様にマスク等を着用し、ソーシャルディスタンスをとって対面の会話をなるべく避けること。
- ・下山時、石けんでの手洗いができるよう準備すること。(アルコール消毒、アルコールウェットティッシュで代用可)

2. 泊を伴う登山活動

- ・テントへの宿泊はおおよそ最大定員人数の5割までの宿泊人数を基本とする。
- ・各種大会時は実施要項に則った宿泊体制を確立すること。
- ・縦走時の山中泊、テントサイトがきわめて狭い場合など宿泊人数を定員の5割までに制限できない場合は、同じテントに宿泊するメンバーを練習段階から固定するとともに、少人数用の予備テントや自立式ツェルト(隔離用)を持参することが望ましい。
- ・宿舎やホテル、会館などに宿泊する場合は、各施設の感染症予防対策に則って次の点に留意すること
 - ・就寝、食事、洗面等以外の時間は基本的にマスクをする。

- ・ 宿泊地（体育館等）は可能な限り、常時窓等を解放し、換気を行う。
- ・ 石けんを用いた手洗いを宿泊者全員が励行する。手を拭くタオルは共用しない。
- ・ 複数人分の調理をする場合、調理者は事前に手洗い及び手指消毒を徹底し、マスク着用の上調理を行う。
- ・ 食器は各自のものを使用し、共用しない。
- ・ 食事は各自の滞在区域か、屋外にて他者と対面せずに行うこと。
- ・ 体調不良の場合、速やかに隔離の処置をし、保護者に迎えに来て頂く。

参考文献：「避難所における感染対策マニュアル」
（東北大学大学院感染制御検査診断学分野 感染症診療地域連携講座、
東北感染制御ネットワーク）

3. クライミング

- ・ 複数人数でのクライミングでは、アルコールを含んだ液体チョークを使用すること。
アルコールの含有量や有効性については十分考慮すること。アルコールを用意できない場合は、クライミングウォールを離れた後すぐに石けんによる手洗いを十分にすること。
- ・ 感染予防のため、各施設や競技会のガイドラインに従ってマスクを着用すること。運動中は熱中症や心肺に対する負担などのリスクを踏まえて状況に応じて着用すること。
- ・ 登っている時、マットで待機している時、休憩している時、いずれの状況においても周囲の人となるべく距離を取ること。
- ・ ロープ、ハーネス、チョークバッグ、ビレイグローブなどのクライミングギアは原則として他者と共有しないこと。
- ・ リードクライミングにおいてやむをえずロープを共有する場合は、ロープを咥える行為を避けること。
- ・ 登る前後に、こまめに手洗い、手指消毒を行うこと。
- ・ チョークはアルコール入りの「液体チョーク」を推奨する。
- ・ 大声での会話、声援、ハイタッチ、グータッチを控えること。
- ・ 飲料物は蓋付きのものを準備し、他者との共有はしないこと。また飲み口を直接手に触れないように注意すること。水分補給のためマスクを外した際は会話をしないこと。
- ・ 室内施設の利用については、各施設で推奨されている利用者数や各施設の指示を遵守した上で使用すること。
- ・ トレーニングで利用した施設利用者あるいはスタッフに感染が発生した場合は、地域の生活圏における自治体の衛生部局（保健所など）に報告するなどして対応を仰ぐこと。

4. その他

- ・ 新型コロナウイルス感染症の動向を踏まえ、選手、顧問の安全を第一に適時、改訂する。