

<競技委員の留意事項> ～ スターター ～

○ 運営に関わること

- ・ 控室は、窓・ドアを常時開け放す。
- ・ 控室では、長机に2人まで（間を1席空ける）とし、適切な距離を確保する。
- ・ こまめに手洗いを実施する。（活動の前後は必ず手洗いをを行う）
- ・ 衣服の貸し借りは行わず、競技場で保管してあるもの（カップなど）は使用しない。
- ・ 基本的にマスクを着用する。（マイクを使用する役割のある役員は、必ず着用する）
- ・ 控室で使用した机・椅子など使用した部分については、使用後に直接アルコールを噴霧し、消毒する。

○ 競技に関わること

- ・ ピistol、マイク等の電気系統の用具を使用する役員が変わる場合は、アルコールを雑巾に噴霧し、拭いてから次の役員が使用する。
- ・ ピistolコード、電源ボックス、スピーカー、発射機などの常設してあるもののうち、電気系統の用具は、競技会終了後、片付けの際に、アルコールを雑巾に噴霧し、拭いてから後片づけを行う。
- ・ 他者と共有する用具を使用した場合（電気系統のもの以外）は、アルコールを直接噴霧する。
- ・ マイクを使用しないでのスタート合図は行わない。
- ・ 熱中症予防として、各スタート場所に役員が待機することのできるパラソルを用意する。
- ・ 当日の気温、湿度、競技時間などに沿って、ローテーションを決める。
(例：午前午後、2班交代制 など)
- ・ スタート台の準備については、用器具と話し合い、準備する方法を決める。
(スターターが準備 or 用器具が準備)

100m,200m,400m,ハードル

☆ 競技前の待機場所での密集を回避する

待機場所について

- ・荷物は、1～8レーンごとに区切られた指定の場所に置く。
- ・競技終了後、すみやかに待機場所に戻り、荷物を移動させる。また、待機場所には、競技場内のトラックの外側を通過して戻る。雨天時は、雨天走路を使用して戻ってもよい。

入退場について(※ 招集係の案に準ずる)

- ・100m、200m・ハードル種目は、第4ゲート（100m スタート後方）から入場する。また400mは、第1ゲート（ゴール後方）から入場する。
- ・退場は、入場した場所と同じゲートを使用する。
- ・3組ずつ入場時間を区切って入場させる。選手には、入場場所へ早く来すぎることがないように注意させる。

その他

- ・タイムテーブルは、1組 3分間隔で組む。
- ・自分の荷物は全てビニール袋に入れて管理する。
 - ※ ビニール袋は入場時に配布。
- ・競技終了後、すみやかに自分の荷物を持って退場する。
- ・招集は現地招集。
- ・腰ゼッケンなし。

☆ 審判について

- ・入場、退場の指示を出す人員を配置する必要がある。(出発係+1名)
- ・ハードルの設置と撤収、位置の直しについては、用器具係以外の部署にも人員を割り当てる。(最低10人は必要)

走高跳

1 準備

- ・1ピットであれば大人4人で可
- ・出場者数は1ピット30人が限界、20人が理想

2 招集

- ・現地で招集
- ・トイレ、手洗い場の説明
- ・必要以上の器具への接触禁止（バー、支柱）

3 待機場所

- ・ベンチもしくは地面に養生テープ等で試技順にくぎる（ベンチ1つに競技者2人）
- ・待機場所では可能な限りマスク着用

4 練習跳躍

- ・公式練習と同様に競技役員が一人ずつ順番に呼び出す。1ピット最大3人まで。
- ・助走マークの貸し借りは禁止
- ・競技者は跳躍前後に消毒
- ・バーの上げ下げは競技役員が行う

5 競技中

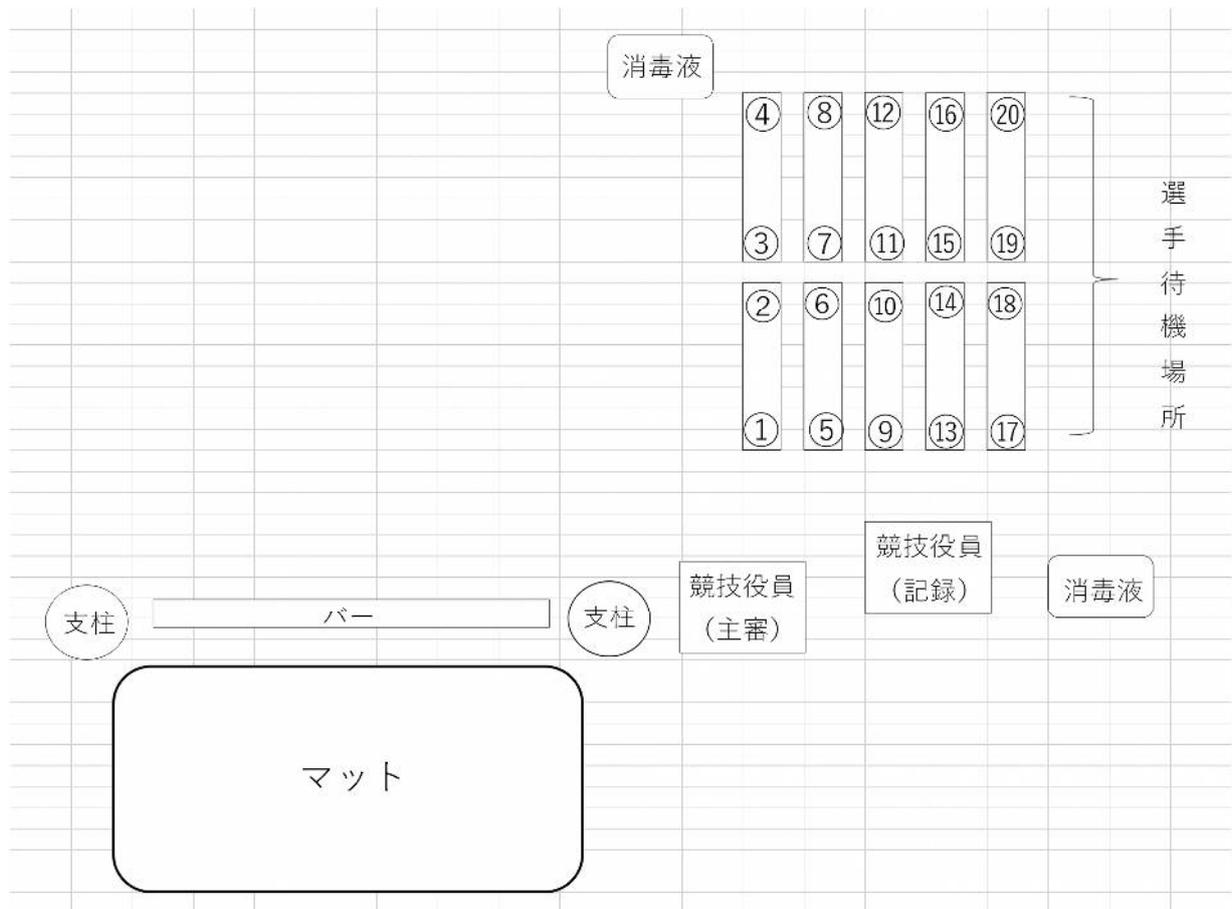
- ・ピットには跳躍者、次の跳躍者のみ待機
- ・競技者は跳躍前後に必ず消毒

6 競技後

- ・手洗い、洗顔、帰宅後すぐに入浴の呼びかけ
- ・競技が終わり次第、マークを回収し各自競技場所から移動

○ 必要道具

- ・走高跳セッター式
- ・アルコール消毒（各ピット2つ）
- ・養生テープ
- ・選手用座席
- ・机×2
- ・手洗用ジャグ



棒高跳び

1. 準備

- ・棒高跳セット一式（リボンロッド 50m、吹き流し×2、ペグ、紅白旗、テーブル、椅子）アルコール消毒。
- ・マットは用器具係と協力しながら設置
- ・支柱組み立てには、最低でも8名程度必要+用器具係と協力
- ・競技役員は、主審、記録、バー昇降、足見の4名

2. 招集

- ・現地集合とする。
- ・消毒と手指に施す。
- ・トイレ、手洗い場の説明
- ・必要以上の器具への接触を禁止する（バー、支柱、リボンロッド、テントフレームなど）

3. 待機場所

- ・ベンチへは間隔を空け、両端に2名までとする。（中央は空ける）
- ・試技順にベンチ座席を指定する。
- ・待機場所では、可能な限りマスクを着用する。ただし、熱中症等の危険性がある場合は外しても良い。極力会話は避ける。

4. 練習跳躍

- ・原則、試技順に練習を行う。競技役員が指示を出す。
- ・跳躍の順番待ちをする際、跳躍をする選手と、次に跳躍をする選手の2名までとする。
- ・踏切足の確認は、競技役員で行う。できるだけ口頭で行うものとする。

5. 競技中

- ・跳躍の順番待ちをする際、跳躍をする選手と、次に跳躍をする選手の2名までとする。
- ・炭酸マグネシウムの使用は競技役員が適量渡すことも可能。

6. 競技後

- ・競技が終了した選手から順に、競技場所から移動をする。
- ・手洗い、洗顔、帰宅後すぐの入浴を呼び掛ける。

7. 片付け

- ・棒高跳セット一式、支柱、マット・・・アルコール消毒
- ・片付けは人手が必要です。ご協力ください。

8. 共有使用物

- ・ポールや炭酸マグネシウム等の使用については、原則、個人で準備した物に限る。共有する場面が生じた場合は、手洗いをすることを指示する。（手洗い用のジャグを用意する）

必要もの

- ・ 消毒用アルコール
- ・ 水を入れるタンク

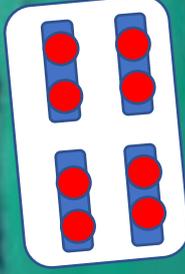
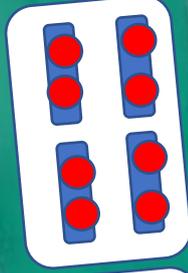
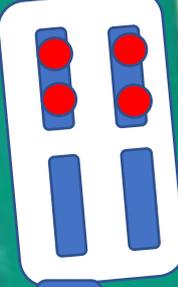
- ・ 2組以上ある場合は競技終了後速やかにイスなどの消毒を行う
- ・ 24名以下で競技会を行うことが望ましい
- ・ 選手ベンチには注意書きを置く
- ・ コーチ席を作る

コーチ席

2 m 間隔で座れるように印を付ける

手洗

ポール置き場



審

審

審

審

バー上げは
主審と足見

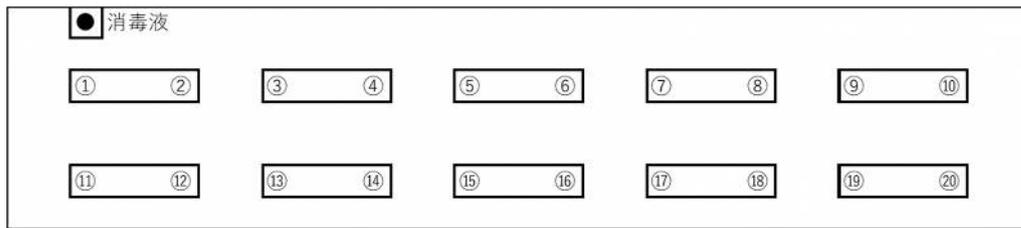
選手が共有する物

- ・ 炭酸マグネシウム
- ・ マット
- ・ ポール
- ・ バー

- ・ ゴミは個人で持ち帰る
- ・ 競技終了後は手を洗う
- ・ 競技中は手で目、口、鼻を触らない
- ・ ベンチではマスクを着用する

【走幅跳】

1 待機場所



- ・ 図のようにベンチを置き、間隔を空けて待機場所を指定する。
場所指定は、試技順とする。(イスにテープを貼ってわかるようにする)
※ベンチが置けない場合は、地面にテープを貼り場所を指定する。

2 助走練習

- ・ 競技役員の指示のもと、試技順に2回行う。
- ・ ピットに並ぶのは3人までとし、2 m以上間隔を開けて並ぶ。
- ・

3 競技中

○ 試技者

- ・ 試技者は試技の2人前になったら、ピットに並ぶ。並び方については助走練習と同じ。
- ・ 試技者は1回の試技が終わったごとに手洗い、消毒を行う。
※消毒液は待機場所に設置。

○ 待機時

- ・ 試技を待っている間は、指定された待機場所で座って待機をする。(マスクを着用)
- ・ 待機時に空いているスペースで走る等の行為は行ってはならない。
※ただし、ピットに向かう際に1~2回程度行ってよい。

投擲マニユアル（砲丸投・円盤投・ジャベリックスロー）

★ 希望物品

物 品	数 量
消毒液（スプレータイプ・500ml以上）	10本以上
試技順表示（A4 ラミネート済み）	No.1～30

※フィールド内で手洗いを行うならハンドソープも必要。

★ 準備

- ・円盤投げの準備は、10名以上必要。→ 準備に時間がかかるので競技時間を午後にするなどの配慮を希望。

★ 審判の人数（6名以上）

- ・主審（1名）
- ・痕跡（1名）
- ・記録（1名）
- ・光波（1名）
- ・消毒・滑り止め配布など（2名）

★ 競技

① 練習試技

・試技順に行い、呼び出した選手のみ投擲物を取りに来させる。滑り止めが必要な場合は、このタイミングで申し出る。なお、滑り止めはペットボトルに入れて保管し、ペットボトルから選手の手のひらへ直接配布する。

- ・投擲後に手の消毒、投擲物の消毒。

② 招集

- ・指定座席で行う。

③ 試技

- ・呼び出した選手のみ投擲物を取りに来させる。
- ・投擲後に手の消毒、投擲物の消毒。
- ・フィールド内での練習については、ソーシャルディスタンスを意識するよう依頼する。

【 待機場所 】

テント1

1		2	3		4
9		10	11		12
17		18	19		20

テント2

5		6	7		8
13		14	15		16
21		22	23		24

※ベンチ1脚に選手2名 ※座席の数字は試技順