

2022年度

ボルグワーナーウィンタードリームカップU10

2022年 12月3日 (土) ・ 12月4日 (日)

会場(1日目): メイハンフィールド・つつじが丘公園

会場(2日目): メイハンフィールド・つつじが丘公園



主催 名張市サッカー協会

主管 名張市サッカー協会4種委員会

協賛 ボルグワーナー・モールシステムズ・ジャパン株式会社

(有)スポーツマツヤマ

株式会社モルテン

ごあいさつ

名張市サッカー協会

会長 岩見 充治

ボルグワナーウインタードリームカップに名張市内外より多数ご参加いただき
まして厚く御礼申し上げます。

コロナ対策においては、各種大会イベント等の、人数制限等々に緩和が拡大され
最小限の対策はとりつつも、コロナ前の状態に戻りつつあるように思います。

まだまだ油断はできませんが、観戦のルールを守り、頑張って応援をしていきたい
と考えています。

先日カタール大会の日本代表メンバーが発表されました。

26名のメンバーの中に大迫選手の名前がなかったのが、驚きました、と同時に
長友選手の名前が呼ばれたのが、驚きと同時に、感激しました。

4大会連続出場という、素晴らしいことだと思います。選手の中でも小柄の方だと
思いますが、各スポーツ選手が大型化していく中での活躍ぶりは、小柄な選手に
とっての大きな励みと目標になると思います。

最後に、各チーム指導者の皆様、大会関係者の皆様方の日頃のご高配に対し

厚く御礼申し上げますと共に今後とも一層のご指導、ご鞭撻を賜りますよう

お願いしましてご挨拶とさせていただきます。

敬具

大会役員

大会会長	岩見 充治	名張市サッカー協会 会長
大会副会長	吉岡 慶直	名張市サッカー協会 副会長
	山内 豊	名張市サッカー協会 副会長
	福井 太利	名張市サッカー協会 副会長兼理事長

大会委員長	寺島 哲司	名張市サッカー協会 理事長
大会副委員長	松崎 隆尚	名張市サッカー協会 副理事長

大会委員	北峯 賢治	名張市サッカー協会四種委員会 理事
	岩木 紀雅	名張市サッカー協会四種委員会 理事
	岡崎 浩平	名張市サッカー協会四種委員会 理事
	下野 清	名張市サッカー協会四種委員会 理事
	眞水 享茂	名張市サッカー協会四種委員会 理事
	澤田 恭宏	名張市サッカー協会四種委員会 理事
	織田 良子	名張市サッカー協会四種委員会 理事

競技役員

競技委員長	北峯 賢治	名張市サッカー協会四種委員会 委員長
競技副委員長	眞水 享茂	名張市サッカー協会四種委員会 副委員長
運営委員長	吉岡 慶直	名張市サッカー協会四種委員会 事務局長
運営副委員長	眞水 享茂	名張市サッカー協会四種委員会 理事
	澤田 恭宏	名張市サッカー協会四種委員会 理事
運営委員	名張市サッカー協会四種委員会	
技術委員長	澤田 恭宏	名張市サッカー協会四種委員会 技術部長
審判委員長	植垣 純一	名張市サッカー協会四種委員会 審判部長
審判委員	名張市サッカー協会四種委員会審判部及びチーム帯同審判員	
規律委員長	北峯 賢治	名張市サッカー協会四種委員会 委員長
規律副委員長	眞水 享茂	名張市サッカー協会四種委員会 副委員長

2022年度 ボルグワナーウィンタードリームカップU10 実施要項

1. 開催日時 令和4年12月3日(土) 9:00 ~ 試合開始
令和4年12月4日(日) 9:00 ~ 試合開始
2. 会場 1日目:メイハンフィールド2面, つつじが丘公園1面
2日目:メイハンフィールド2面, つつじが丘公園1面

3. 大会規定

(1)ルール

本年度日本サッカー協会『8人制サッカー競技規則』に準ずる。

4号球(大会本部にて準備します)

試合時間30分(15分-5分-15分)2日間共

※メンバー表の提出は結構です(当日選手変更可)

「交替して退いた競技者が交替要員となって再び出場できる」自由交替を認める。

主審は、正装でお願いします。

(2)参加資格

小学校4年生以下(女子は5年生以下)全員スポーツ傷害保険加入のチームであること。

(3)試合方法

18チームを6ブロックに分け、各ブロックでリーグ戦を行なう。

各ブロックの同順位6チームを2ブロックに分け、順位リーグ戦を行ない

その後、各リーグ同順位チーム同士による順位決定戦を行なう。

(4)順位決定方法

◇リーグ戦の順位は勝ち点により決定する。(勝3点、引分1点、負0点)

但し、勝ち点と同じ場合は、①得失点差②総得点③当該チームの対戦結果④PK戦の順で決定する。

◇1位リーグ戦のみ優勝決定戦が同点の場合、10分間(5分-5分)の延長戦を行なう。

それでも決まらない場合は、PK戦(3vs3)を行なう。

(5)表彰

1位リーグ 優勝・準優勝・3位

2,3位リーグ 各リーグ1位

尚、全チームに参加賞があります。

(6)大会参加費

¥5,000-(各チーム)

4. その他

(1)開会式は行わず。大会終了後、各会場にて表彰式を行なう。
※メイハンフィールド会場表彰式にてボルグワナー代表より賞状授与

(2)原則として雨天決行とする。

(3)大会競技中の傷害事故については、応急処置は行すが、大会本部は責任を負わない。

(4)会場準備:メイハン 8:00~ つつじが丘公園 8:00~ (両日とも)

(5)adsにて2日目のメイハンフィールドでの試合のライブ配信があります。

第1日目 令和4年12月3日(土) 予選リーグブロック分け

会場: A~Dブロックはメイハンフィールド E,Fブロックはつつじが丘運動公園

会 場	ブロック名	組み合わせ		
メイハンフィールド	Aブロック	ラビド名張FC	河合SSS	誠之クラッキ
	Bブロック	つつじが丘SSS	伊賀SS	旭が丘SS
	Cブロック	名張箕曲SC	アヴェニーダソル	亀山FC
	Dブロック	名張FCテコス	豊ヶ丘SS	桑部FC
つつじが丘公園	Eブロック	桔梗が丘JSC	FC VINKS	セントロ津南
	Fブロック	FCファミリア	SolViento	常西SS

チーム名の略称について

大会運営中の放送の際は、下記の記載チーム名でお願いします。

No.	記載チーム名	チーム名(フルネーム)	地区名	担当
1	亀山FC	亀山フットボールクラブ	鈴鹿	ラビド
2	桑部FC	桑部フットボールクラブ	桑員	つつじ
3	伊賀SS	伊賀サッカースクール	阿山	名張箕曲
4	アヴェニーダソル	FC.Avenidasol U12	阿山	名張箕曲
5	河合SSS	河合サッカースポーツ少年団	阿山	テコス
6	誠之クラッキ	誠之CRAQUE.FC	中勢	テコス
7	常西SS	常西サッカー少年団	四日市	桔梗
8	豊ヶ丘SS	豊ヶ丘サッカー少年団	津	桔梗
9	セントロ津南	三重フットボールクラブセントロ津南	津	ファミリア
10	旭が丘SS	旭が丘サッカー少年団	鈴鹿	AS.SolViento
11	FC VINKS	FC VINKS	上野	AS.SolViento
12	テコス	名張フットボールクラブテコス	市内チーム	
13	桔梗	桔梗が丘ジュニアサッカークラブ	市内チーム	
14	つつじ	つつじが丘サッカースポーツ少年団	市内チーム	
15	AS.SolViento	AS.SolViento	市内チーム	
16	ファミリア	フットボールクラブファミリアU-12	市内チーム	
17	名張箕曲	名張小学校サッカースポーツ少年団	市内チーム	
18	ラビド名張	ラビド名張フットボールクラブ	市内チーム	

第1日目 令和4年12月3日(土) 予選リーグ戦日程表

【 メイハンフィールド 】

試合時間 (15-5-15)	Aコート			Bコート				
	組み合わせ		主審	組み合わせ		主審		
① 9:00 ~ 9:35	ラビド名張FC	vs	河合SSS	つつじが丘SSS	名張箕曲SC	vs	アヴェニーダソル	名張FCテコス
② 9:45 ~ 10:20	つつじが丘SSS	vs	伊賀SS	ラビド名張FC	名張FCテコス	vs	豊ヶ丘SS	名張箕曲SC
③ 10:30 ~ 11:05	河合SSS	vs	誠之クラッキ	伊賀SS	アヴェニーダソル	vs	亀山FC	豊ヶ丘SS
④ 11:15 ~ 11:50	伊賀SS	vs	旭が丘SS	河合SSS	豊ヶ丘SS	vs	桑部FC	アヴェニーダソル
⑤ 12:00 ~ 12:35	ラビド名張FC	vs	誠之クラッキ	旭が丘SS	名張箕曲SC	vs	亀山FC	桑部FC
⑥ 12:45 ~ 13:20	つつじが丘SSS	vs	旭が丘SS	誠之クラッキ	名張FCテコス	vs	桑部FC	亀山FC
⑦ 13:30 ~ 14:05	ラビド名張FC	vs	伊賀SS	相互	名張箕曲SC	vs	豊ヶ丘SS	相互
⑧ 14:15 ~ 14:50	河合SSS	vs	旭が丘SS	相互	アヴェニーダソル	vs	桑部FC	相互
⑨ 15:00 ~ 15:35	つつじが丘SSS	vs	誠之クラッキ	相互	名張FCテコス	vs	亀山FC	相互

【 つつじが丘公園 】

試合時間 (15-5-15)	Aコート			
	組み合わせ		主審	
① 9:00 ~ 9:35	桔梗が丘JSC	vs	FC VINKS	FCファミリア
② 9:45 ~ 10:20	FCファミリア	vs	SolViento	桔梗が丘JSC
③ 10:30 ~ 11:05	FC VINKS	vs	セントロ津南	SolViento
④ 11:15 ~ 11:50	SolViento	vs	常西SS	FC VINKS
⑤ 12:00 ~ 12:35	桔梗が丘JSC	vs	セントロ津南	常西SS
⑥ 12:45 ~ 13:20	FCファミリア	vs	常西SS	セントロ津南
⑦ 13:30 ~ 14:05	SolViento	vs	FC VINKS	相互
⑧ 14:15 ~ 14:50	桔梗が丘JSC	vs	常西SS	相互
⑨ 15:00 ~ 15:35	FCファミリア	vs	セントロ津南	相互

第1日目 令和4年12月3日(土) 予選リーグ成績表

【 メイハンフィールド 】

Aブロック	ラビド名張FC	河合SSS	誠之クラッキ	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
ラビド名張FC	☆			0	0	0	0	0	0	0	1
河合SSS		☆		0	0	0	0	0	0	0	1
誠之クラッキ			☆	0	0	0	0	0	0	0	1

Bブロック	つつじが丘SSS	伊賀SS	旭が丘SS	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
つつじが丘SSS	☆			0	0	0	0	0	0	0	1
伊賀SS		☆		0	0	0	0	0	0	0	1
旭が丘SS			☆	0	0	0	0	0	0	0	1

Cブロック	名張箕曲SC	アヴェニーダソル	亀山FC	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
名張箕曲SC	☆			0	0	0	0	0	0	0	1
アヴェニーダソル		☆		0	0	0	0	0	0	0	1
亀山FC			☆	0	0	0	0	0	0	0	1

Dブロック	名張FCテコス	豊ヶ丘SS	桑部FC	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
名張FCテコス	☆			0	0	0	0	0	0	0	1
豊ヶ丘SS		☆		0	0	0	0	0	0	0	1
桑部FC			☆	0	0	0	0	0	0	0	1

【 つつじが丘公園 】

Eブロック	桔梗が丘JSC	FC VINKS	セントロ津南	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
桔梗が丘JSC	☆			0	0	0	0	0	0	0	1
FC VINKS		☆		0	0	0	0	0	0	0	1
セントロ津南			☆	0	0	0	0	0	0	0	1

Fブロック	FCファミリア	SolViento	常西SS	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
FCファミリア	☆			0	0	0	0	0	0	0	1
SolViento		☆		0	0	0	0	0	0	0	1
常西SS			☆	0	0	0	0	0	0	0	1

第1日目の予選リーグ戦順位表

	1位	2位	3位
Aブロック			
Bブロック			
Cブロック			
Dブロック			
Eブロック			
Fブロック			

第2日目 令和4年12月4日(日) 順位リーグ成績表 【 メイハンフィールド 】

1位リーグ

1Xブロック	A1位	C1位	E1位	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
A1位	☆			0	0	0	0	0	0	0	
C1位		☆		0	0	0	0	0	0	0	
E1位			☆	0	0	0	0	0	0	0	

1Yブロック	B1位	D1位	F1位	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
B1位	☆			0	0	0	0	0	0	0	
D1位		☆		0	0	0	0	0	0	0	
F1位			☆	0	0	0	0	0	0	0	

2位リーグ

2Xブロック	A2位	C2位	E2位	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
A2位	☆			0	0	0	0	0	0	0	
C2位		☆		0	0	0	0	0	0	0	
E2位			☆	0	0	0	0	0	0	0	

2Yブロック	B2位	D2位	F2位	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
B2位	☆			0	0	0	0	0	0	0	
D2位		☆		0	0	0	0	0	0	0	
F2位			☆	0	0	0	0	0	0	0	

審判の記号について、1位X1:1位Xブロックの1位が審判という意味です。

試合時間 (15-5-15)	Aコート					Bコート				
	組み合わせ		主審	補助審		組み合わせ		主審	補助審	
① 9:00 ~ 9:35	A2位	vs	C2位	C1位	*****	B2位	vs	D2位	D1位	*****
② 9:45 ~ 10:20	A1位	vs	C1位	C2位	*****	B1位	vs	D1位	D2位	*****
③ 10:30 ~ 11:05	A2位	vs	E2位	A1位	*****	B2位	vs	F2位	B1位	*****
④ 11:15 ~ 11:50	A1位	vs	E1位	A2位	*****	B1位	vs	F1位	B2位	*****
⑤ 12:00 ~ 12:35	C2位	vs	E2位	E1位	*****	D2位	vs	F2位	F1位	*****
⑥ 12:45 ~ 13:20	C1位	vs	E1位	E2位	*****	D1位	vs	F1位	F2位	*****
⑦ 13:30 ~ 14:05	2位リーグ 3・4位決定戦			2位X1	*****	2位リーグ 5・6位決定戦			2位Y1	*****
⑧ 14:15 ~ 14:50	1位リーグ 5・6位決定戦			A⑦負	*****	2位リーグ 1・2位決定戦			B⑦負	*****
⑨ 15:00 ~ 15:35	1位リーグ 決勝戦			A⑧負	*****	1位リーグ 3・4位決定戦			B⑧負	*****

第2日目 令和4年12月4日(日) 順位リーグ成績表 【 つつじが丘公園 】

3位リーグ

3Xブロック	A3位	C3位	E3位	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
A3位	☆			0	0	0	0	0	0	0	
C3位		☆		0	0	0	0	0	0	0	
E3位			☆	0	0	0	0	0	0	0	

3Yブロック	B3位	D3位	F3位	勝	負	分	勝点	得点	失点	得失点差	順位
B3位	☆			0	0	0	0	0	0	0	
D3位		☆		0	0	0	0	0	0	0	
F3位			☆	0	0	0	0	0	0	0	

つつじが丘運動公園

試合時間 (15-5-15)	Aコート					
	組み合わせ			主審	補助審	
① 9:00 ~ 9:35	A3位	vs	C3位	B3位	*****	
② 9:45 ~ 10:20	B3位	vs	D3位	A3位	*****	
③ 10:30 ~ 11:05	A3位	vs	E3位	D3位	*****	
④ 11:15 ~ 11:50	B3位	vs	F3位	E3位	*****	
⑤ 12:00 ~ 12:35	C3位	vs	E3位	F3位	*****	
⑥ 12:45 ~ 13:20	D3位	vs	F3位	C3位	*****	
		vs			*****	
⑦ 13:50 ~ 14:25	3位リーグ 5-6位決定戦			相互	*****	
⑧ 14:35 ~ 15:10	3位リーグ 3-4位決定戦			3位リーグ6位	*****	
⑨ 15:20 ~ 15:55	3位リーグ 1-2位決定戦			3位リーグ4位		
試合終了後			閉会式			

【 メイハンフィールド 】

1位リーグ

主審
A⑧の負

A⑨Xブロック1位 [0 vs 0 [] Yブロック1位

B⑧の負

B⑨Xブロック2位 [0 vs 0 [] Yブロック2位

A⑦の負

A⑧Xブロック3位 [0 vs 0 [] Yブロック3位

2位リーグ

主審
B⑦の負

B⑧Xブロック1位 [0 vs 0 [] Yブロック1位

2位X1

A⑦Xブロック2位 [0 vs 0 [] Yブロック2位

2位Y1

B⑦Xブロック3位 [0 vs 0 [] Yブロック3位

【 つつじが丘公園 】

3位リーグ

主審
⑧の負

⑨ Xブロック1位 [0 vs 0 [0] Yブロック1位

⑦の負

⑧ Xブロック2位 [0 vs 0 [0] Yブロック2位

相互

⑦ Xブロック3位 [0 vs 0 [0] Yブロック3位

(表彰)

1位リーグ 優勝: 準優勝: 3位:

2位リーグ 1位:

3位リーグ 1位:

2022年度 ボルグワーナウインタードリームカップU10

新型コロナウイルス感染防止ならびに感染拡大防止の対応について

大会参加関係者の皆様には、以下の新型コロナウイルス感染防止ならびに感染拡大防止のための対応につきまして、ご理解とご協力をお願いいたします。

『選手の皆様に下記チェックのお願い』

- 検温を実施し、平熱を超える発熱の症状はありませんか
(大会当日までの2週間、起床時の検温をお願いします)
- 咳(せき)、のどの痛みなどの 風邪症状はありませんか
- だるさ(倦怠感)、息苦しさ(呼吸困難)の症状はありませんか
- 臭覚や味覚の異常はありませんか
- 体が重く感じる、疲れやすい等の症状はありませんか
- 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触はありませんか
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方はいませんか
- 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間が必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触はありませんか
- その他、気になることはありませんか

上記いずれかの項目に該当する場合は、勇気をもって参加を見送る決断をお願いいたします。

どうしても決断できない場合は、所属チームの責任者に連絡し、チームの指示に従ってください。

『保護者(同居家族)の皆様にお願い』

- 選手のチェックを参考に、ご家族の皆様もチェックいただけますと、より一層の対策強化になります。ご協力をお願いいたします。
いずれかの項目に該当する場合は、選手の参加も見送る決断をお願いいたします。
- 所属チームの集合場所並びに大会会場への送迎をされる場合も含め、原則マスクの着用をお願いします。
- 上記いずれの場所においても、3密を避けた行動をお願いいたします。
(集合時、テント待機時の近い距離での会話や、試合観戦時の大声での応援などは避けてください。)
- お手洗いや水道の使用の際は、混んでいる時を避けるなど可能な限りタイミングを計ってください。
(試合前、試合後は混雑しがちです。試合中のご利用をお勧めします。)
- 大会会場では、大会関係者ならびにチーム関係者の指示に従ってください。
- 各自のゴミは、ゴミを密封した状態で持ち帰ってください。
- 帰宅後14日以内に感染が発覚した場合は、所属チームの責任者に速やかにその旨を伝えてください。

『審判員（帯同審判員、県派遣審判員）の皆様へお願い』

- 選手のチェックを参考に、審判員の皆様もチェックしてください。
いずれかの項目に該当する場合は、参加も見送る決断をお願いいたします。
- 原則マスク着用です。ウォーミングアップ、審判時以外はマスクの着用をお願いいたします。
（補助審判時、人との距離が2m以上確保できる場合を除きマスクの着用をお願いします。）
- 審判打合せは3密を避けて手早く行ってください。
- 試合前後のセレモニーは横整列でベンチ側へ向かって挨拶のみとし、シェイクハンドセレモニーは行いません。試合終了後挨拶の後は、選手に自チームのベンチへ速やかに戻るよう誘導してください。
- 試合中、試合関係者との不要な接触は避け、試合関係者と会話が必要な場合は距離をとって行ってください。
- 試合間に行う飲水は自分専用のもを準備していただき、ボトルやコップの共有は避けてください。
- 試合終了後は、手洗い、うがい、手指消毒の実施をお願いします。
- お手洗いや水道の使用の際は、混んでいる時を避けるなど可能な限りタイミングを計ってください。
（試合前、試合後は混雑しがちです。試合中のご利用をお勧めします。）
- 大会会場では、大会関係者ならびにチーム関係者の指示に従ってください。
- 各自のゴミは、ゴミを密封した状態で持ち帰ってください。
- 帰宅後14日以内に感染が発覚した場合は、帯同審判員は所属チームの責任者に、県派遣審判員は4種審判部長に速やかにその旨を伝えてください。

『参加チーム関係者（指導者、選手）の皆様へお願い』

- 参加チームの責任者は、選手の健康状態の確認をお願いします。
体調のすぐれない選手ならびに指導者が居る場合は、該当者の参加見送りの決断をお願いいたします。
チーム関係者から感染者が出た場合は、感染状況（時期や濃厚接触者）を確認していただいたうえで、
該当者もしくはチームの参加可否を判断して下さい。
（判断が困難な場合は所属地域の地域代表に相談してください）
- 指導者は原則マスク着用です。選手につきましては、ウォーミングアップ、試合以外はマスクの着用をお願いいたします。
（人との距離が2m以上確保できる場合を除きます。）
- 会場までの往復移動時においても、感染防止への配慮をお願いいたします。
- 控え場所は他チームの控え場所との距離を持ち、風通しの良い場所や工夫をお願いします。
- お手洗いや水道の使用の際は、混んでいる時を避けるなど可能な限りタイミングを計ってください。
- 選手の着替えは速やかに行うことや、密にならないよう順番に行うなど配慮をお願いします。
- ミーティングは少回数、短時間で行う、もしくは行わないようお願いします。
- 握手やハイタッチ、密接した円陣は行わないようお願いします。
- タオル、ボトル、ビブス等、共有することは避けてください。

- 試合前後のセレモニーは横整列でベンチ側へ向かって挨拶のみとし、シェイクハンドセレモニーは行いません。試合終了後挨拶の後はそのまま自チームのベンチ戻っていただきます。
- **選手交代でピブスの受け渡しは行いません。ピブスを脱いだ状態で交代ゾーンでの交代をお願いします。**
(交代時に選手同士の接触をしないようお願いします。)
- 試合中、試合関係者との不要な接触は避け、試合関係者と会話が必要な場合は距離をとって行ってください。
- 試合間に行う飲水は各自専用のものを準備していただき、ボトルやコップの共有は避けてください。
- 試合終了後は、手洗い、うがい、手指消毒の実施をお願いします。
- お手洗いや水道の使用の際は、混んでいる時を避けるなど可能な限りタイミングを計ってください。
(試合前、試合後は混雑しがちです。試合中のご利用をお勧めします。)
- 大会会場では、大会関係者ならびにチーム関係者の指示に従ってください。
- 各自のゴミは、ゴミを密封した状態で持ち帰ってください。
- 帰宅後14日以内に感染が発覚した場合は、所属の地域代表に速やかにその旨を伝えてください。

その他、別途配布する【コロナ対策checklist.xlsx】(JFA作成のチェックリスト)を参考に各チーム、各自にてコロナ対策の徹底をお願いいたします。



感染症対策

へのご協力をお願いします

新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い

正しい手の洗い方

手洗いの前に

爪は短く切っておきましょう ・時計や指輪は外しておきましょう

1



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすりします。

2



手の甲をのばすようにこすりします。

3



指先・爪の間を念入りにこすりします。

4



指の間を洗います。

5



親指と手のひらをねじり洗います。

6



手首も忘れずに洗います。

②咳エチケット

3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まる場所でやろう



マスクを着用する (口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う



何もせずに咳やくしゃみをする

正しいマスクの着用



1 鼻と口の両方を確実に覆う

2 コムひもを耳にかける

3 隙間がないよう鼻まで覆う



咳やくしゃみを手でかさえる

手洗いの、5つのタイミング

公共の場所から帰った時



咳やくしゃみ、鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



前と後!

病気の人へのケアをした時



外にあるものに触った時



新型コロナウイルスの集団発生防止にご協力をおねがいします

3つの「密」を避けましょう!

- ①換気の悪い密閉空間
- ②多数が集まる密集場所
- ③間近で会話や発声をする密接場面



新型コロナウイルスへの対策として、クラスター(集団)の発生を防止することが重要です。日頃の生活の中で3つの「密」が重ならないよう工夫しましょう。



3つの条件がそろう場所がクラスター(集団)発生のリスクが高い!

※3つの条件のほか、共同で使う物品には消毒などを行ってください。

新型コロナウイルスの感染拡大防止にご協力をおねがいします

「密閉」「密集」「密接」しない!

●「ゼロ密」を目指しましょう。屋外でも、密集・密接には、要注意!

- 他の人と十分な距離を取る!** (Keep a sufficient distance from others!) - Illustration shows a 2-meter distance between people.
- 窓やドアを開けこまめに換気を!** (Open windows/doors and ventilate frequently!) - Illustration shows a person opening a window with a fan.
- 屋外でも密集するような運動は避けましょう!** (Avoid activities that cause crowding outdoors!) - Illustration shows people walking/jogging. Text: 少人数の散歩やジョギングなどは大丈夫 (Small group walks or jogging are okay).
- 飲食店でも距離を取りましょう!** (Keep distance even in restaurants!) - Illustration shows people at a table. Text: 多人数での会食は避ける (Avoid group meals), 隣と一つ飛ばしに座る (Sit one seat apart from neighbors), 互い遠くに座る (Sit far from each other).
- 会話をするときにはマスクをつけましょう!** (Wear a mask when talking!) - Illustration shows two people wearing masks. Text: 5分間の会話は1回の咳と同じ (A 5-minute conversation is the same as one cough).
- 電車やエレベーターでは会話を慎みましょう!** (Be cautious about talking on trains/elevators!) - Illustration shows people on a train/elevator. Text: 会話を避ける (Avoid talking).