

청소년 스포츠 리그 재개 프로토콜

최신 업데이트

2020년 10월 22일: 안정된 코호트가 COVID-19 감염에 노출되었다면, 코호트의 모든 구성원은 격리해야 한다고 명확히 하기 위한 문구를 추가했습니다. 청소년 스포츠 프로그램에 COVID-19 감염자가 있다는 연락을 받았을 때 공중 보건국에 보고해야 하는 요건을 명확히 설명했습니다. (변경 사항은 노란색으로 표시해 놓았습니다).

로스앤젤레스 카운티 공중 보건국은 특정 장소의 운영을 안전하게 재개할 수 있도록 과학자 및 공중 보건 전문가들이 지지하는 단계적 접근 방식을 채택했습니다. 아래의 요건은 보건 담당관의 명령에 따라 운영 재개가 허가된 청소년 스포츠 프로그램에만 적용됩니다. 이런 종류의 프로그램은 주지사가 이런 특정 프로그램에 도입한 조건 외에도, 본 청소년 스포츠 점검표에 명시된 조건을 준수해야 합니다.

이 프로토콜은 TK-12 학생들을 교육하는 사립 및 공립 학교에서 후원하는 레저 청소년 스포츠 리그, 클럽 스포츠, 여행 스포츠 및 스포츠에 적용됩니다. 이는 성인 스포츠 리그 또는 주정부 보건 담당관 명령에 따라 운영하면 안 되는 아마추어 성인 스포츠에는 적용되지 않습니다. 추후 통지가 있을 때까지 모든 청소년 스포츠 활동은 야외에서 진행해야 합니다.

참고: 이 문서는 추가 정보 및 자료가 확보되면 업데이트될 수 있으므로 최신 버전은 로스앤젤레스 카운티 웹사이트 <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/>에서 정기적으로 확인하십시오.

본 점검표는 다음 사항을 포함합니다.

- (1) 직원과 고객의 건강 보호 및 지원
- (2) 적절한 신체적 거리 두기의 보장
- (3) 적절한 감염 관리의 보장
- (4) 일반 대중과 소통
- (5) 서비스의 평등한 이용 보장

귀하의 프로그램은 재개 프로토콜을 계획할 때 위 5가지 핵심 부분이 반드시 명시되어야 합니다.

본 지침에 적용되는 모든 청소년 스포츠팀은 아래에 열거된 해당 조치를 이행해야 하며, 이행되지 않은 조치가 왜 본인의 팀에는 적용되지 않는지 그 이유를 설명할 수 있어야 합니다.

청소년 스포츠팀/리그 이름: _____

코치 이름 및 시설 주소: _____

A. 선수 및 코치 안전을 위한 조치

- 각 선수 그리고 코치와 선수 사이에 항상 육(6) 피트의 신체적 거리를 두어야 합니다. 청소년 스포츠 활동은 모든 선수와 코치가 항상 6피트 이상의 신체 거리를 유지할 수 있는 활동으로 제한되며, 격렬한 육체 활동을 할 때는 8피트 거리를 유지할 수 있어야 합니다. 이러한 활동은 교육, 훈련 및 스킬 구축 활동을 포함하지만 이에 국한되지는 않습니다. 접촉해야 하는 스포츠는 COVID-19 이전과 같은 방식으로 연습할 수 없습니다.
- 모든 선수, 코치, 가족 및 방문객은 수영, 샤워, 식사/음용, 심한 신체적 활동을 할 때 (다른 사람과 8 피트 이상의 거리를 유지하면서), 단독 신체 활동(예: 혼자서 조깅)을 하는 경우를 제외하고 코와 입을 가리는 적절한 안면 가리개를 항상 착용해야 합니다. 이는 모든 성인과 만 2 세 이상의 어린이에게 적용됩니다. 단방향 밸브가 있는 마스크를 사용하면 안 됩니다. 건강 상태, 정신 건강 상태 또는 안면 가리개를 착용할 수 없는 장애로 인해 담당 의료 서비스 제공자가 안면 가리개를 착용하지 말라고 지시한 사람만 착용 의무에서 면제됩니다. 선수들이 호흡이 힘들면 운동을 잠시 쉬어야 하며, 마스크나 안면 가리개에 습기가 차서 선수 얼굴에 달라붙어 호흡을 방해하면 교체해야 합니다. 격렬한 운동을 하면 공기 흐름이 제한되는 마스크(예: N-95 마스크)는 운동할 때는 사용하지 않는 것이 좋습니다.
- 선수와 코치가 청소년 스포츠 활동에 참여하기 전에 증상 점검을 실시합니다. 점검에는 발열, 기침, 숨 가쁨, 호흡곤란, 발열 또는 오한, 그리고 지난 14 일 이내에 신종 코로나바이러스(COVID-19)에 확진자나 감염 의심자와 접촉했는지 여부에 관한 확인이 포함되어야 합니다. 이러한 점검은 직접 수행하거나, 온라인 시스템 점검 또는 방문자에게 이런 증상이 있으면 시설에 입장하지 말라고 알리는 안내판을 시설 입구에 게시하는 등 대안을 사용할 수 있습니다.
 - 지난 14 일 동안 증상이 없고 COVID-19 확진자 또는 감염 의심자와 접촉하지 않은 사람에게 당일 참여를 허가할 수 있습니다.
 - 지난 14 일 동안 COVID-19 확진자 또는 감염 의심자와 접촉한 사람은 즉시 집으로 돌려보내고 집에서 격리할 것을 요청해야 합니다. 당사자에게 ph.lacounty.gov/covidquarantine에 있는 격리 지침을 제공하십시오.
 - 위에서 언급한 증상 중 어떤 증상이라도 보이는 사람은 즉시 집으로 돌려보내고 집에 고립하도록 요청해야 합니다. 당사자에게 ph.lacounty.gov/covidisolation에 있는 고립 지침을 제공하십시오.
- 추후 통지가 있을 때까지 모든 청소년 스포츠 활동은 야외에서 진행해야 합니다. 팀은 캐노피나 다른 그늘막을 이용할 수 있지만, 캐노피나 그늘막의 측면이 닫히지 않고 야외 공기가 충분히 이동할 수 있는 경우에만 사용할 수 있습니다.
- 현재 토너먼트, 이벤트 또는 경기를 포함한 모든 청소년 스포츠 이벤트는 허용되지 않습니다. 같은 팀의 선수들 간의 연습 게임(팀 내 경기, 연습 경기 및/또는 시합)은 비접촉 스포츠에서만 허용됩니다. 비접촉 스포츠는 경기, 연습 경기, 시합 중에 모든 선수가 서로 8피트 거리를 유지할 수 있도록 하는 스포츠를 포함합니다(예: 싱글 테니스 경기, 골프 경기, 육상 경기).
- 선수가 앉는 오프필드 또는 오프코트(예: 벤치, 더그아웃, 불펜)의 모든 구역은 선수와

직원이 해당 구역에 있는 동안 신체적 거리를 최소 6피트까지 유지할 수 있도록 추가 좌석을 만들도록 재구성합니다.

- 청소년 스포츠 프로그램은 질병 확산의 위험을 줄이기 위해 선수들의 안정적인 그룹을 보장해야 합니다([학교 및 집단에 대한 CDC 지침](#) 참조).
- 청소년 스포츠 활동을 소규모 그룹 활동으로 재설계하고, 신체적 거리를 유지하기 위해 연습과 놀이 공간을 재배치하는 것을 고려하십시오.
- 선수들은 가능한 한 자신의 장비(예: 야구 방망이, 골프채, 라켓)를 가지고 연습하고 장비를 공유하지 않는 것이 좋습니다. 선수들은 기술을 개발하기 위한 운동아래 2인 1조로 축구공을 차거나, 야구공, 미식축구 공, 또는 프리스비를 던지는 것과 같은 제한된 장비 공유를 할 수 있습니다. 그러나 이러한 방식으로 장비를 공유하는 것은 그룹 활동이 아닌 쌍으로 지정된 선수들에게만 이루어 질 수 있습니다. 장비를 공유해야 하는 경우 COVID-19 확산 위험을 줄이기 위해 다른 사람이 사용하는 사이에 소독합니다.
- 선수, 코치, 그리고 직원들은 질병이 확산될 가능성을 제한하기 위해 서로 불필요한 신체 접촉(예: 하이파이브, 악수, 주먹인사)을 금합니다.
- 실내 화장실 및 탈의 시설을 이용할 수 있는 스포츠팀은 이런 시설을 손 위생, 교체, 샤워 및 휴게실의 목적으로 이용할 수 있습니다. 실내에서 신체적 거리를 허용하기 위해 탈의실과 화장실 방문에 시차를 둡니다.
- 모든 사용 중인 탈의실 또는 화장실은 다음 일정에 따라 자주 소독합니다:
 - 탈의실 _____
 - 화장실 _____
 - 기타 _____
- 선수와 코치는 여건상 손을 씻을 수 없을 때 손 소독제를 사용해야 합니다. 소독제는 완전히 건조될 때까지 문질러야 합니다. 참고: 특히 손이 눈에 띄게 더러울 때는 손 소독제를 사용하는 것보다 자주 손을 씻는 것이 효과적입니다.
- 만 9세 미만의 어린이는 성인의 감독하에 손 소독제를 사용해야 합니다. 소독제를 먹은 경우에는 독극물 통제 센터에 1-800-222-1222로 연락합니다. 에탄올 기반 손 소독제가 선호되고 어른의 감독 없이도 어린이가 사용할 수 있는 경우에 사용되어야 합니다. 이소프로판올 손 소독제는 독성이 좀 더 강하고 피부로 흡수될 수 있습니다.
- 선수들에게 재사용 가능한 물병에 물을 미리 채워오거나 구입한 물을 가져오도록 권장합니다. 분수식 식수대에서는 물병을 채우는 것만 허용됩니다. 선수들은 동일한 음료 용기를 사용해 음료를 마시거나 음료를 공유해서는 안 됩니다.
- 청소 제품을 선택할 때는 환경 보호국(EPA) 목록 "N"에서 COVID-19에 사용하도록 승인된 제품을 사용하고 제품의 지침을 따릅니다. 이 목록의 제품에는 천식 환자에게 좀 더 안전한 성분이 들어 있습니다.
- 신종 바이러스 병원체에 대해 효과적이라고 표시된 소독제를 라벨의 지침에 있는 적절한 희석률과 접촉 시간을 지켜 사용합니다. 직원들이 화학 제품을 안전하게 사용할 수 있도록 화학물질의 위험성, 제조업체의 지침 및 Cal/OSHA 요구 사항에

관한 교육을 제공합니다.

- 현장 시설의 청소 및 소독할 책임이 있는 관리 직원은 장갑, 눈 보호대, 호흡기 보호대 및 제품 지침에 따라 필요한 기타 적절한 보호 장비를 포함한 적절한 개인 보호 장비가 구비되어 있어야 합니다. 모든 제품은 어린이의 손이 닿지 않는 곳에 보관해야 하며 접근이 제한된 공간에 보관해야 합니다.
- 모든 직원에게 아프거나 COVID-19 확진자에게 노출된 경우 출근하지 말라고 지시합니다. 모든 직원은 해당되는 경우 공중 보건국(DPH)의 자가 고립 및 격리 지침을 준수해야 한다는 사실을 알고 있습니다. 직원들이 질병으로 집에 머물러야 할 때 불이익을 받지 않도록 시설의 휴가 정책을 검토하고 수정합니다.
- 직원들이 집에 머무를 때 경제적으로 힘들지 않도록 자격 대상 직원들에게 정부 또는 고용주의 휴가 혜택에 관한 정보를 제공합니다. [가족 우선 코로나바이러스 대응법안](#)에 따른 직원의 병가 권리를 포함한 유급 병가와 COVID-19 근로자 보상 혜택 및 주지사의 행정 명령 N-62-20에 따른 COVID-19과 업무의 관련성 추정 방법 및 근로자 보상 혜택을 받을 권리 등을 지원하는 정부 [프로그램](#)에 관해 추가 정보를 참조하십시오.
- 한 명 이상의 직원, 코치 또는 선수가 확진 판정을 받았거나 COVID-19(확진자)와 동일한 증상이 있다고 알리면, 고용주는 해당 확진자가 [자택 고립](#)하도록 하고, 작업장에서 확진자에게 노출된 모든 직원, 코치 또는 선수를 즉시 [자가 격리](#)하도록 하는 계획 또는 프로토콜이 마련되어 있습니다. **청소년 스포츠 프로그램의 안정적인 코호트가 COVID-19 감염에 노출되면, 안정된 코호트의 모든 구성원은 즉시 자가 격리해야 합니다.**
- 시설에서 추가 노출자가 발생하면 COVID-19 관리 조치를 추가해야 하므로, 이를 확인하기 위하여 모든 격리 대상 직원에게 COVID-19 진단 검사를 제공하거나 받을 수 있도록 하는 프로토콜을 팀 또는 리그의 계획에 포함하도록 고려해야 합니다. 공중 보건국의 지침인 [작업장의 COVID-19 대응법](#)을 참조하십시오.
- 직원들이 작업 공간에 들어오기 전에 [직원 증상 점검](#)을 시행합니다. 증상 점검은 기침, 호흡곤란, 발열 또는 오한, 그리고 지난 14일 동안 COVID-19 감염자와 접촉했는지 여부를 포함해야 합니다. 이러한 점검은 원격으로 하거나, 직원이 도착하는 즉시 직접 할 수도 있습니다. 가능하면 현장에서 체온을 점검합니다.
- 코치나 리그는 청소년 스포츠 프로그램에서 발생하는 모든 COVID-19 감염을 공중 보건국에 보고해야 하며, 사례자가 발생한 후 영업일 1일 이내에 [교육 부문 COVID-19 확진자 및 접촉자 연락처 목록](#)을 작성해 제공해야 합니다. 청소년 스포츠 프로그램 구성원 중에 14일 이내에 3건 이상의 확진자가 확인되는 경우, 코치나 리그는 이 **집단 발병을 즉시** 공중 보건국 ACDC-Education@ph.lacounty.gov로 **이메일을 보내거나** (888) 397-3993 또는 (213) 240-7821로 전화해 보고합니다. 작업장에서 집단발병이 확인되면 공중 보건국은 감염 관리 지침 및 권고, 기술적 지지 및 시설별 관리 조치를 포함한 집단발병 대응책을 시행할 것입니다. 공중 보건국은 집단발병 조사를 위해 사례관리자를 배정하여 어떻게 대응해야 하는지 도와줄 것입니다.
- 다른 사람과 접촉해야 하는 직원에게 코와 입을 가리는 적절한 안면 가리개를 무료로 제공합니다. 직원은 근무 중에 다른 사람들과 접촉하거나 접촉할 가능성이 있을 때 항상 가리개를 착용합니다. 담당 의료 서비스 제공자로부터 안면 가리개를 착용해서는 안 된다는 지시를 받은 직원은 건강 상태가 허락하는 한도 내에서 아래에 위생 천이 달린 안면보호막을

착용하여 주정부의 지침을 준수해야 합니다. 천이 턱 아래에 딱 맞게 제작된 안면보호막이 선호됩니다. 단방향 밸브가 있는 마스크를 사용하면 안 됩니다. 직원이 개인 사무실에 혼자 있을 때나, 직원 키를 초과하는 단단한 칸막이가 있는 큐비클에 혼자 있을 때는 안면 가리개를 착용할 필요가 없습니다.

- 직원들에게 매일 안면 가리개를 세탁 또는 교체하라고 지시합니다.
- 직원, 코치 및 청소년 팀원은 다음과 같은 개인 예방 조치를 준수하도록 지시받았습니다.
 - 아프면 집에 머물러야 합니다.
 - 증상이 처음 나타나고 최소 10일이 경과하고, 회복 후 적어도 24시간 동안 집에 머무르십시오. 회복이란 해열제를 복용하지 않고도 열이 나지 않고, 증상(예: 기침, 숨 가쁨)이 개선되는 것을 의미합니다.
 - COVID-19 진단 검사에서 양성 반응이 나왔지만, 어떤 증상도 발현되지 않은 경우, 다음 기간까지 집에 머물러야 합니다.
 - 양성 반응이 나온 진단 검사를 처음 받은 날부터 10 일, 그러나
 - 증상이 나타나면 위의 지침을 따라야 합니다.
 - 물과 비누로 20초 이상 자주 손을 씻습니다. 물과 비누가 없으면 적어도 60% 알코올이 함유된 손 소독제를 사용하십시오. 식사 전, 화장실을 사용한 후, 기침과 재채기 후 손을 씻으십시오.
 - 기침과 재채기 시 휴지로 가리고, 사용한 휴지를 버리고 즉시 손을 씻으십시오. 휴지가 없다면, (손이 아닌) 팔꿈치로 가리십시오.
 - 씻지 않은 손으로 눈, 코, 입을 만지지 마십시오.
 - 아픈 사람들과 접촉을 피하십시오.
 - 전화기나 다른 기기와 같은 물건을 공유하지 마십시오. 기기를 공유해야 한다면 공유하기 전후에 소독 물티슈로 깨끗이 닦으십시오.
 - 다른 직원과 및 선수들과의 거리를 계속 주시하십시오. 다른 사람과 가까이에서 작업해야 하는 특정 업무를 제외하고는 권장 거리인 최소 6피트 거리를 항상 유지하고 다른 작업자와 가까이 있거나 함께 작업할 때는 천으로 된 안면 가리개를 착용하십시오.
 - 자주 만지는 물건과 표면을 소독하십시오. 업무 시간 동안 1시간 단위로 소독해야 합니다.
- 본 프로토콜 사본을 모든 직원, 청소년, 가족들에게 배포합니다.

B. 유지보수 프로토콜

- 그룹으로 모이는 것은 금지이므로 벤치와 테이블은 사람들이 사용하지 못하도록 철거하거나 접근 금지 구역 표시를 해 둡니다.
- 공동으로 사용하는 물건은 정기적으로 소독합니다.
- 공동으로 사용하는 장비는 사용할 때마다 사용 전후로 소독합니다.

- 화장실을 정기적으로 소독합니다.
- 분수식 식수대에서는 물병을 채우는 것만 허용됩니다.

C. 모니터링 프로토콜

- 감염 관리, 신체적 거리 두기 및 안면 가리개 사용과 관련된 지침 및 정보 안내판을 시설 전체에 게시합니다. 청소년 스포츠 프로그램은 온라인 매체(웹사이트, 소셜미디어 등)를 통해 신체적 거리 두기, 안면 가리개 사용 및 기타 관련 사항에 대한 정확한 정보를 제공합니다.
- 방문자가 호흡기 증상으로 아프면 집에 머물러야 한다는 내용을 알리는 안내판을 게시합니다.
- 코치와 리그 관리자는 게시된 제한사항이 지켜지고 있는지 모니터링합니다.
- 이용자들이 이러한 제한 사항을 준수하지 않을 경우 시설에서 나가라고 요청합니다.

청소년 스포츠 담당자는 위에 포함되지 않은 모든 추가 조치는 별도의 페이지에 기재해야 하며, 해당 내용을 본 문서에 첨부해야 합니다.

본 프로토콜에 질문이나 의견이 있다면
다음 담당자에게 문의하십시오.

청소년 스포츠
지도부 담당자
이름:

전화번호:

마지막 개정일: