



**新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 対策に係る  
JWTA 車いすテニス 海外遠征再開ガイドライン  
(Ver. 1.0)**

**一般社団法人日本車いすテニス協会**

## 【 背景と目的 】

新型コロナウイルス感染症（以下、COVID-19）に関する緊急事態宣言が2020年5月末、全国で解除され、COVID-19感染拡大防止対策徹底を前提とした社会活動や経済活動、スポーツ活動等がスタートした。車いすテニスにおいても、全国各地での安心安全な練習再開が行われるとともに、徐々にではあるがトーナメント再開に向け、国際的な動きもみられる。国際テニス連盟（以下、ITF という）は、東京2020パラリンピック出場権獲得のためのランキングポイントの締め切りを2021年6月7日とすると発表し、2020年9月以降より順次ITF国際大会が再開される見込みである。（2020年8月20日現在）

車いすテニス競技の国内統括団体（以下、NF という）であるJWTAとしても、1つでも多くの東京パラリンピック出場枠を得、メダル獲得に向けての選手強化が最重要課題の一つであり、COVID-19感染のリスク管理を行いながら、強化事業を滞りなく遂行することがとても重要である。したがって、強化事業の主な柱の一つである海外遠征（国外での強化合宿開催も含む）再開に係るガイドラインを以下に定め、COVID-19感染防止の基本対策を遵守することにより、選手が安心安全に、集中して車いすテニスに取り組める環境整備を図ることを目的とする。本ガイドラインにより選手が安全に渡航して試合に臨めるよう、また、選手の競技力向上や諸大会での活躍の一助となることを切に願うものである。

また、本ガイドラインはNFとして海外渡航を伴う事業を立ち上げた場合の遵守事項や注意事項を示すものであるが、個人での海外遠征の際にもぜひ参考にしていきたい。

尚、本ガイドラインは、国・都道府県・スポーツ庁・JSC・JOC・JPC・HPSC・NTCからの情報更新に伴い、随時改定するものとする。

<バージョン管理> 改定履歴を記載し、改定部分にアンダーラインを施す

バージョン	日付	作成・改定者	修正・変更点
1.0	20200824	JWTA 強化育成部	全体

軽微な改定： 小数点に1を加算 例) 1.0 → 1.1  
大規模な改定： 整数に1を加算 例) 1.0 → 2.0

## 【 目次 】

1. 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）とは	P4
2. 海外遠征再開における段階的ルール	P7
3. 感染予防のための基本ルール	P10
4. 海外遠征における感染予防のための手順とルール	P12
5. 海外遠征におけるメディア対応について	P23
6. 新型コロナウイルス陽性感染者が発生した場合の対処	P25
7. 参考文献	P28
8. 体温記録表および健康チェックシートサンプル	P29

## 1. 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) とは

### ●新型コロナウイルス感染症とは

1) 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) とは、コロナウイルスの一種であり、非常に感染力が強く、現在は効果的な治療方法はない。感染したほとんどの人 (80%) は軽症で、症状が全く現れない人もいる一方で、感染者のうち 15~20% は重症化する危険性を孕んでいる

### ●どのようにして感染するか

1) 新型コロナウイルスは、自分自身で増えることはできないが、粘膜などの細胞に付着して入り込んで増えることができる。また、ウイルスは粘膜に入り込むことはできるが、健康な皮膚には入り込むことができず表面に付着するだけとされている。物の表面についたウイルスは時間がたてば壊れてしまう。ただし、物の種類によっては 24 時間~72 時間くらい感染する力をもつとされている

### ●感染経路

1) 新型コロナウイルスの感染は、以下の 2 つの経路で生じることが確認されている

① 飛沫感染 (咳・くしゃみ、会話等による感染)

通常の風邪やインフルエンザのように、咳やくしゃみによりウイルスが排出され、それを吸入することにより感染が生じる

② 接触感染 (手で触れることによる感染)

咳やくしゃみ、会話等で環境に排出されたウイルスが、手指などを介して粘膜 (口、鼻、眼など) から侵入することにより感染が成立する。咳やくしゃみ、会話等で排出されたウイルスは、条件次第では、環境中で数日にわたって生き続けることもある

### ●症状

1) 新型コロナウイルス感染症の典型的な症状は以下の 6 つである

① 発熱

② 咳嗽 (せき)

③ 喉の痛み

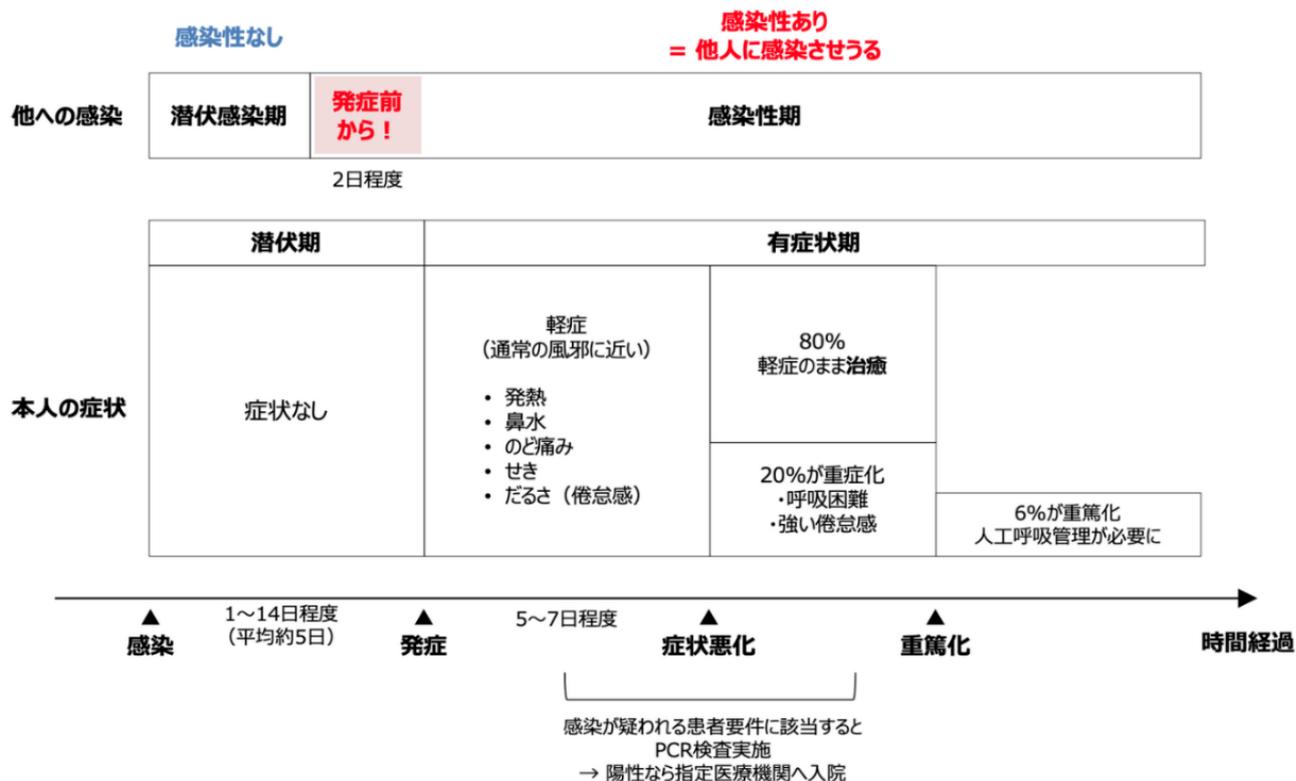
④ 疲労感・強い倦怠感

⑤ 息苦しさ

⑥ 嗅覚・味覚の異常

2) 陽性感染者は一般的に下図のような経過をたどる

## 一般的な感染者の時間経過イメージ



「Jリーグ 新型コロナウイルス感染症対応ガイドライン」より引用

### ●潜伏期間

- 1) 新しいウイルスであるため、解明されていないことがまだ多くあるが、他のウイルス感染のように、感染者の多くが症状の出る前の最大 2 日間、人への感染力を持つことがわかっている。ゆえに、自覚症状が出る前に他人を罹患させる可能性がある

### ●言葉の定義

#### 1) 陽性感染者

PCR 検査で陽性の結果が出て、新型コロナウイルス感染症が確認された者

#### 2) 感染の疑いのある人

- ・ 新型コロナウイルス感染症の症状やそれを指し示す病状がある人 (P4「症状」参照)
- ・ 濃厚接触後に検査結果を待っている状態の者

#### 3) 感染可能期間

新型コロナウイルス感染症を疑う症状を呈した 2 日前から隔離開始までの期間

#### 4) 濃厚接触者

陽性感染者の感染可能期間に接触した者のうち、次の範囲に該当する者

- ・ 感染者と接触のあった人 (1メートル以内、および、15分以上の接触があった者)

- ・適切な個人用防護具等なしに感染者の世話を直接行った者
- ・感染者と同じ密閉環境に一定の期間滞在した者(職場、教室、同居、あるいは同じ集會に参加した者)
- ・あらゆる移動手段で感染者と近接した状態(1m未滿の距離)で移動した者
- ・感染者の気道分泌物もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者

#### 5) 隔離

症状のある人や陽性感染者を他者から引き離し、感染させないようにすること

#### 6) 検疫

伝染病が広がるのを防ぐため、ある地域に出入りする人や物を検査し、必要な措置を取ること

## 2. 海外遠征再開における段階的ルール

海外遠征再開については、外務省海外安全ホームページにて渡航先の入国制限措置等の最新情報、ITF の再開ガイドライン等の最新情報、ITF 大会の実行責任者からの最新情報を確実に入手したうえで、細心の判断を行う。最終的な判断としては、出発日の 2 週間前に次の条件を満たすこととする

- 1) 警戒レベル (Alert Level) が B 以上であること
- 2) 国内の Phase については、原則 4 以上とする
- 3) 大会のエントリーが可能であり、大会で十分な感染症対策が取られていることが確認できること
- 4) 渡航先の国の、感染症危険レベルが 1 (十分注意) 以下であること
- 5) 渡航先の入国制限措置・入国後の行動制限措置に従えること
- 6) 帰国後も外務省の制定する水際措置に従えること

これらの条件を満たし、その他十分な感染症予防対策を講じた上で、感染症の予防・感染拡大防止リスクが低減できていると判断できる場合のみ、海外遠征を行うものとする

### ●各 Phase の考え方 (P9「表 1」参照)

考慮すべき項目として、COVID-19 の感染拡大状況に伴う警戒レベル (Alert Level) と練習再開の段階 (Phase) を区別する必要がある。Alert Level は 以下 3 段階とする

- A : 緊急事態宣言 (特定地域指定) が出されている時期
- B : 緊急事態宣言は解除されたが、引き続き警戒が必要な時期
- C : 新しい生活様式を踏まえた通常状態

上記に沿って、JWTA 車いすテニス再開ガイドライン (ver2.0) と同様に、海外遠征再開の Phase を、以下 5 段階とする

Alert Level	Phase	概要
A	Phase1	ホームエクササイズや屋外のジョギング等、個人トレーニングの時期 * 海外遠征不可
B	Phase2	屋内外のテニスコート施設を最小人数で利用、また屋内のトレーニング室は最小人数で利用、かつ共用の設備や機器は十分な感染予防対策を行って使用する時期 * 海外遠征不可
	Phase3	屋内外のテニスコート施設を限られた人数で利用、また共有の設備や機器を使用したトレーニングを実施するが、選手同士の接触は開始しない時期 * 海外遠征不可
	Phase4	屋内外のテニスコート施設を限られた人数で利用、また選手同士の接触を伴うトレーニングを実施し始める時期 * 感染予防に十分注意して海外遠征可
C	Phase5	通常のトレーニング時期 * 感染予防に十分注意して海外遠征可

表1 JWTA車いすテニス再開ガイドライン 海外遠征における各Phase の考え方

Alert Level	A:緊急事態宣言		B:緊急事態宣言は解除されたが、引き続き警戒が必要な時期		C:新しい生活様式	
Phaseの段階	Phase 1	Phase2	Phase3	Phase4-5		
体調管理	JWTA所定の体温記録表提出					
渡航先の感染症危険レベル	■どのレベルでも渡航不可		レベル4 (退避勧告)	レベル3 (渡航中止勧告)	レベル2 (不要不急の渡航の中止)	レベル1 (十分注意)
渡航の可否	■如何なる理由でも渡航不可		■渡航は禁止	■基本的に渡航不可 ※個人判断により遠征する場合は該当大会のガイドライン等をNFへ提出すること		■感染予防に十分注意して海外遠征可
国内移動	/		/	■自家用車のみ ■公共交通機関の使用は禁止		■自家用車推奨 ■公共交通機関の使用は極力避ける
現地での移動				■対人距離の取れる航空会社を選択 ■大会シャトルのみ利用可		■大会シャトルの利用推奨 ■公共交通機関は極力避け、レンタカー等の利用が望ましい
宿泊				■必ず個室利用		■基本的に個室利用 ■ルームシェアする場合は日本人選手と
食事				■個別にパッケージに分けられた食事 ■外食不可、テイクアウトのみ		■個別にパッケージに分けられた食事 ■テイクアウト推奨 ■屋外で対面しない方法で飲食店利用可
オンコート				■身体接触禁止 ■オフィシャルとも対人距離を保つ ■ダブルスへのエントリーは推奨しない ■ボールは対戦相手と分ける ■大会ごとの感染症対策に従う		■身体接触は極力避ける ■オフィシャルとも対人距離を保つ ■ボールは対戦相手と分ける ■大会ごとの感染症対策に従う
メディア				■NFへの事前連絡必須 ■事前の体温測定・体調報告必須 ■体温計、マスク持参必須 ■取材終了後に体調不良が生じた際は取材対象者へ速やかに連絡すること		■NFへの事前連絡必須 ■事前の体温測定・体調報告必須 ■体温計、マスク持参必須 ■取材終了後に体調不良が生じた際は取材対象者へ速やかに連絡すること

<注意事項>

- 常に一定の対人距離(2m以上)を保持するよう留意すること
- 渡航先の感染症危険レベルは外務省海外安全ホームページを参照し確認すること
- 渡航先の国によりそれぞれ日本人に対する隔離措置等が異なるので注意すること

### 3. 感染予防のための基本ルール

#### ●感染予防の基本

- 1) 3密（密集・密閉・密接）の回避
- 2) 感染予防・手洗いの徹底  
不用意に自らの顔（とくに目・鼻・口といった粘膜部）に触れることを避ける
- 3) 用具・共通のモノを通じた接触を減らす、またはこまめな消毒  
ドアノブ、エレベーターのボタン、トレーニング機器等
- 4) 対人距離（できるだけ2m、最低1m）を保ち、咳エチケット（マスク着用を含む）を徹底する

#### ●NF 事業としての海外渡航における確認事項

- 1) 強化指定選手・次世代育成強化指定選手・強化スタッフ（NF スタッフならびにパーソナルコーチ、パーソナルスタッフ、選手の家族を含む）等海外遠征に同行する全ての者は、感染予防対策に係る本ガイドラインを熟読すること。各自、対策内容を十分に理解し、自署による同意書を提出すること（同意書の提出がない場合海外遠征は不可）
- 2) NF 提示の感染予防対策が守られていない場合、NF は、本人ならびに他者の安全を確保する等の観点から、渡航及び大会エントリーを取り消す措置を取る可能性があることを周知するものとする
- 3) 強化指定選手・次世代育成強化指定選手・強化スタッフ（NF スタッフならびにパーソナルコーチを含む）は、海外渡航の有無にかかわらず、毎日朝晩2回（できれば起床後と就寝前を推奨）体温と体調を記録すること
- 4) 体温記録表\*提出は、海外渡航する全ての選手とその家族、パーソナルコーチ、パーソナルトレーナーなどのパーソナルスタッフ、NF スタッフを対象とする  
（所定の体温記録表の未提出の場合は海外遠征不可）  
\* 体温記録表サンプルは P29 を参照のこと
- 5) 体温・体調の記録と同時に、下記に該当する項目が無いのかも確認すること  
尚、出発日の過去2週間に該当項目がある場合は、渡航を認めない  
※渡航前2週間における以下の症状の有無
  - ① 発熱（37.5度以上）、咳、喉の痛みなどの風邪症状、だるさ、息苦しさ（呼吸困難）、味覚や嗅覚の異常、体が重く感じる、疲れ易い等  
※基礎疾患の影響により発汗・体温調整が難しい場合、また平熱が高い場合は37.5℃を超えた時点で NF スタッフに相談し指示を仰ぐこと
  - ② 発熱や咳・咽頭痛
  - ③ 新型コロナウイルス陽性感染者との濃厚接触の有無
  - ④ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいるか
  - ⑤ 過去2週間以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を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がある場合

- 6) 体温記録表は、出発日より2日前の16時までに JWTA オフィスメール ([office@jwta.jp](mailto:office@jwta.jp))宛に 提出すること
- 7) 渡航前日に NF スタッフが体温記録表ならびに行動記録を確認し、新型コロナウイルス感染を疑う症状や行動歴がある場合、渡航をキャンセルさせることもある
- 8) 海外遠征期間中においては、体温記録表は出発日から1週間ごとに、JWTA オフィスメール ([office@jwta.jp](mailto:office@jwta.jp))宛に 提出すること
- 9) 体温記録表は電子上での管理とし、対象者から提出された各体温記録表は JISS share 上のフォルダ内で管理するものとする（管理者：中澤）
- 10) 渡航者の過去2週間の体温記録表は NF にて最低1ヶ月以上保存し、万が一感染が生じた際にはいつでも確認できる状態としておく
- 11) NF スタッフへの報告について
  - ※出発前2週間、渡航中、ならびに帰国後2週間以内に体調不良があった場合、すぐに NF スタッフに報告すること  
（岩崎・中澤・三浦・遠藤・蛭江・増田・馬場・塚本のうち1名）
  - ※渡航の予定がない場合でも、体調不良が2日以上継続した時点で NF スタッフに報告すること  
（岩崎・中澤・三浦・遠藤・蛭江・増田・馬場・塚本のうち1名）
  - ※大会終了後より2週間以内に新型コロナウイルス感染が発覚した場合は、すぐに NF スタッフに報告するとともに、出場した全ての大会の大会ディレクター、ITF ([covid19@itftennis.com](mailto:covid19@itftennis.com))へ連絡すること  
（岩崎・中澤・三浦・遠藤・蛭江・増田・馬場・塚本のうち1名）
- (P25「6. 新型コロナウイルス感染を疑う体調不良者および陽性感染者が発生した場合の対処」参照)
- 12) 報告を受けた NF スタッフは、NF 内で情報を即座に共有すること（個人情報に留意すること）

#### 4. 海外遠征における感染予防のための手順とルール

緊急事態宣言が解除され、都道府県をまたぐ移動が自由に認められた上で、弊会の定める国内の Phase が原則 4 以上であることが、海外遠征を検討する前提となる

##### ●渡航先の状況の確認

- 1) 各国の感染症危険レベルは[外務省の海外安全ホームページ](#)で確認すること
- 2) 感染症危険レベルが 1 以下の国であったとしても、日本に対する入国制限、隔離措置等は各国により対応が異なる。外務省の下記のページ\*を参照すること

[※外務省 日本からの渡航者・日本人に対する各国・地域の入国制限措置及び入国後の行動制限](#)

##### ●外務省の海外渡航に関する出入国制限措置のレベルと NF の渡航に対する考え方

渡航先の感染症危険レベル	国内の Phase	渡航に対する考え方	備考
レベル 4 (退避勧告)	Phase4-5	渡航は禁止 事業の立ち上げなし	
レベル 3 (渡航中止勧告)	Phase4-5	原則渡航不可 原則事業の立ち上げなし	※個人判断により遠征する場合は 該当大会のガイドライン等を NF へ提出すること
レベル 2 (不要不急の渡航は 止めてください)	Phase4-5	原則渡航不可 原則事業の立ち上げなし	※同上
レベル 1 (十分注意してくだ さい)	Phase4-5	感染予防に細心の注意を 払い渡航可	
なし	Phase4-5	感染予防に細心の注意を 払い渡航可	

##### ●レベル 1 の国に渡航する場合の対応

- 1) 出国時、帰国時に PCR 検査を実施することを必須とする
- 2) 出国時・帰国時の PCR 検査の結果は速やかに NF 担当(馬場)まで報告すること
- 3) 帰国時空港にて PCR 検査が行われない国より帰国した場合には、14 日間の隔離の必要があれば隔離期間終了後に、その必要がなければ速やかに自費での PCR 検査を受けるよう手配すること

- 4) PCR 検査が陽性となった場合は本ガイドライン P24 「6. 新型コロナウイルス感染を疑う  
体調不良者および陽性感染者が発生した場合の対処」を参照すること
- 5) 具体的な検査の手順に関しては次で述べる

## < 検査の手配 >

### 【 入国・帰国に際する制限措置の確認 】

- (1) 渡航前の PCR 検査に関しては、渡航先の国の入国制限措置により異なる。渡航先の国が日本人の入国時に PCR 検査の陰性証明を求める場合、検査方法、証明書の様式、ビザの必要性の有無等の詳細が各国により異なる。事前に外務省、また渡航先の大使館の情報を確認すること
- [※1 外務省 新型コロナウイルスに係る日本からの渡航者・日本人に対する各国・地域の入国制限措置及び入国後の行動制限](#)
- [※2 在外交館ホームページ](#)
- (2) 帰国時の空港での PCR 検査（または抗体検査）に関しては、日本への入国拒否対象地域<sup>※1</sup>となっているリンク先ホームページ内の国・地域からの帰国の場合、空港検疫にて行われる。それ以外の国への渡航の場合は、帰国後すぐに本ページ下部の「検査のできる医療機関」を参照し、PCR 検査を実施するよう手配すること（14 日間の隔離措置がある場合は、14 日経過後 PCR 検査を実施すること）
- [※3 外務省 新型コロナウイルス感染症に関する水際対策の強化に係る措置について](#)

### 【 検査のできる医療機関 】

- (1) 検査可能な医療機関は下記を参照すること
- ※日本渡航医学会
- [「ビジネス渡航者向けの PCR 検査および証明書発行」協力医療施設リスト](#)
- ・ 検査の際に依頼状が必要な場合は、弊会より発行する
  - ・ 自費にて PCR 検査のできる医療機関は上記のみではないが、渡航先の国が入国に際し PCR 検査の陰性証明を求める場合は、上記リストの医療機関で検査すると同時に、必ず渡航先の※2 在外公館ホームページを確認し、入国に必要な証明書の書式・必要事項等確認すること

## ●大会参加の前提

- 1) 基本的に ITF、また本ガイドラインに準じ、かつ大会の持つガイドラインがある場合はそれに準ずること

\* ITF ガイドライン：

[International Tennis Federation\(ITF\), Return to tennis Guidelines](#) (2020. 5. 1)  
[Return to International Tennis Protocol](#) (2020. 7. 31)

## ●大会エントリーについて

- 1) 大会が開催されている場合でも、渡航先の国の入国制限措置リスト<sup>※2</sup>に日本が入っている場合、大会のエントリー可否については大会ディレクターに確認すること  
※外務省 新型コロナウイルスに係る日本からの渡航者・日本人に対する各国・地域の入国制限措置及び入国後の行動制限
- 2) 基本的にエントリーおよび渡航を決定した時点で NF (office@jwta.jp) までエントリーした大会名ならびに搭乗予定の飛行機を報告すること  
※個人で出場を決めた場合も含め全て報告すること
- 3) 出場予定の大会が感染予防のガイドラインを持つ場合、その情報を NF に共有すること。またガイドラインが無い場合、その旨も報告すること
- 4) 大会出場に際し、事前にしておくべき感染予防のための指示や条件がある場合、その指示に従うこと
- 5) 大会エントリーから出発日までの間に、新型コロナウイルスを疑う症状がある場合、また家族・同居者に新型コロナウイルス陽性者がいる場合や疑われる症状のある者がいる場合はエントリーを取り下げ、渡航しないこと

## ●移動時の注意

### <飛行機による移動>

- 1) 飛行機内は、空気が約 3 分で全て入れ替わる換気のよい空間とされる。また当面、機内での距離をとった運用になるとされるが、各航空会社により対応も異なるため、できる限り機内にて隣席を空けることが可能か確認すること
- 2) マスク着用を必須とし、食事の時以外は必ず着用しておくこと
- 3) チェックインの際に手荷物用のカバーを搭乗前にもらえるか確認し、なければ手荷物を入れるためにビニール袋をもらうこと
- 4) 飛行機内の客室荷物棚は、混雑している場合は使用を避け、荷物は使い捨てのカバーまたはビニール袋をかけ足元に収納すること
- 5) 座席に座る前に除菌シートで座席や触る可能性のある箇所を拭くこと
- 6) 飛行機から降りる際に、自身の車いすへ移乗する際には一度車いす・タイヤを除菌シートで拭くこと
- 7) 食事の際は不必要な会話は避け、食事後テーブルや周辺機器を除菌ワイパーで拭くこと

### <長距離バス・大会シャトルによる移動>

- 1) バス内ではマスク着用を必須とする
- 2) 座席に座る前に除菌シートで座席や触る可能性のある箇所を拭くこと
- 3) 1 時間につき 3 回程度、窓を開けて換気することが推奨される
- 4) サービスエリア等での休憩時もマスクを着用し、感染予防に努めること

- 5) 移動が長時間(2 時間以上等)にわたる場合、可能な限り他利用者との距離を 1.5~2m 開けること
- 6) 遠征先での移動は大会シャトルを利用し、公共交通機関の利用は原則不可とする
- 7) 万が一、止む終えない事情で移動が必要な際にはタクシーや Uber などを利用し、不特定多数の人との接触を避けること

#### <移動時の公共トイレの使用>

- 1) 公共トイレ、飛行機内のトイレを使用する場合は、除菌シートと使い捨て手袋を持参し、接触する部分を拭いた上で使用すること
  - 2) 使用後は、手袋の外側の部分に手を触れないよう接触面を内側にしてゴミ袋に入れ密閉し処分すること
- [※\(参照\) サラヤ株式会社 手袋の安全な着脱方法](#)
- 3) 飛沫を最小限に抑えるため、トイレは蓋をして流すこと
  - 4) カテテルを使用する選手は、使用済みカテテルをビニール袋に入れ、密閉し処分すること
  - 5) トイレ使用後はポンプ式石鹸で手を洗い、手指消毒すること

#### ●滞在先での注意

- 1) 宿泊先における感染予防対策がどの程度講じられているのか大会側に確認すること
  - ・一般客と食事の場所が別か
  - ・朝食や夕食を部屋で取ることができるか
  - ・ビュッフェ形式の食事でないか
  - ・チェックインの前に十分な部屋の消毒がなされているか
- 2) 宿泊施設の従業員や利用客との接触を減らすよう、工夫すること
- 3) 可能な限り、ホテルでの食事は混雑した時間を避け、一般客との接触を減らすこと
- 4) 連泊する場合の客室の清掃は、あらかじめ選手・スタッフの不在時に清掃を依頼し、清掃スタッフとの接触を避けること
- 5) 宿泊先の部屋の換気を良くすること。温度 21 度、湿度 50~60%が推奨される
- 6) 自室以外ではマスクを着用すること
- 7) エレベーターのスイッチや階段の手すりに、素手で触れないこと。また、自室のドアノブやスイッチ等はこまめに消毒すること
- 8) ホテルのサウナ、バー等不特定多数が集う場所にはむやみに立ち入らないこと
- 9) シングルルームの利用を推奨するが、ルームシェアする場合は、他国選手への感染を防止するため日本人選手とシェアすること
- 10) 自室以外の不必要な部屋間の往来を禁止する
- 11) 衣類は個別に洗濯するものとし、他の選手やスタッフとまとめて洗濯しないこと
- 12) 大会期間中の不必要な外出は禁止とする

- 13) ホテル周辺の飲食施設の利用については、なるべくテイクアウトができる店や屋外で食事ができる店を選択し、できるだけ少人数で行くこと。また、不特定多数の人と接触しないよう注意すること

## ●大会期間中の注意

### <体調管理>

- 1) 通常行なっている毎日朝晩2回の検温を欠かさず実施し記録するとともに、体調の変化にも気を付けること
- 2) 体調不良がある場合には、テニスコートへ行くことは認めない
- 3) 渡航期間中、検温した結果は週に1度NF (office@jwta.jp) に報告すること
- 4) NF トレーナーが派遣されている場合は毎日体調の報告・共有を行うこと
- 5) 下記のような体調不良を少しでも感じた場合には、即座に（感染疑いの段階での不用意な接触を避けるため）NF トレーナーに電話で申し出ること。NF トレーナーの帯同がない場合には、大会ディレクターに連絡し、指示を仰ぐこと
  - ① 発熱（37.5度以上）  
※基礎疾患の影響により発汗・体温調整が難しい場合、または平熱が高い場合は37.5℃を超えた時点でNF スタッフに相談し指示を仰ぐこと
  - ② 咳嗽（せき）
  - ③ 喉の痛み
  - ④ 疲労感、強い倦怠感
  - ⑤ 息苦しさ
  - ⑥ 嗅覚・味覚の異常
  - ⑦ その他、「いつもと何か違う」と感じた場合
- 6) 報告を受けたトレーナーは、大会ディレクターへ報告し、指示を仰ぐこと
- 7) ITF の再開ガイドラインでは、マスクや消毒液、手袋は提供すると記載があるが、どの程度の提供か不明であるため必要備品（体温計、手指消毒液、消毒用ワイプ、手袋、マスク）は必要量を日本から必ず持参すること
- 8) 体温計、クーラーボックス、ストレッチマット等の共有不可の備品も合わせて必ず日本から持参すること

### <ミーティング>

- 1) 試合前後のミーティングについては、基本的に屋外とし、短時間で実施する。マスクを着用し、対人距離（できるだけ2m、最低1m）をとる
- 2) 複数人での屋内でのミーティングは可能な限り、ビデオ会議を検討する
- 3) 対面で実施する場合、部屋の換気が十分にできる環境で行い、監督・コーチ、選手は1.5～2mの距離をとって着席すること

#### <大会期間中の会場・宿泊先での選手の処置、ケア・コンディショニング>

- 1) NF トレーナーは選手に接する際、マスク・手袋・手指消毒など標準予防策を取った上で対応する
- 2) 手袋の装着が難しい場合等、1 行為 1 手洗いと手指消毒を徹底する
- 3) 万が一陽性感染者が出た場合には、他選手への対応は即座に中止する
- 4) 施術環境の消毒(使用する器具等)を徹底して行う
- 5) 宿泊先でケアをする場合は、原則トレーナーの部屋にてケアを受けるものとし、トレーナーは室内を常に換気するとともに、室内を混雑させないように留意する
- 6) 選手は順番が来るまで室内に入らない
- 7) ケアは折りたたみベッドにて行うこと(選手自身のベッドでのケアは不可)
- 8) NF トレーナーは、ケアを行う際、折りたたみベッドを都度消毒し、清潔なタオルを敷いて使用すること。また、タオルは使用毎に取り替えること
- 9) NF トレーナーは、室内が十分に換気できていることを確認すること
- 10) 大会トレーナーを利用する際には、感染予防に留意し、事前にベッドは消毒させてもらい、枕を自身の新しいタオル(使用済みタオルは利用不可)で覆うようにして施術を受けること

#### ●大会会場での注意

##### <クラブハウスの利用について>

- 1) マスク等の着用のルールは以下とする

選手:練習中・試合中以外は常時着用

コーチングスタッフ等:常時着用。練習中もできるだけ着用

トレーナー:常時着用。感染の危険度が高い場合(感染疑い者の対応等)、マスク、手袋に加え、ガウンまたは代用品による防護等を検討

その他スタッフ:常時着用

※高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなる恐れがある。屋外で人と十分な距離(少なくとも 2m 以上)が確保できる場合には、マスクを外してもよい

- 2) 会場、コート上で出たゴミはビニール袋等に入れ、密封に縛った状態で、各自持ち帰ること。特に、鼻水や唾液などが付いたゴミの取扱いには十分に注意すること
- 3) マスクや手袋を脱いだ後は、必ずポンプ式石鹸と流水で手を洗い、手指消毒すること
- 4) 良好な衛生状態を維持し、可能な限り様々なツールの表面に触れないこと
- 5) トイレ・更衣室の使用前後、また、手すり等の表面に触れた後など、定期的に手を洗い、消毒すること

##### <クラブハウス内のジムの利用について>

- 1) 基本的にエントリー先の大会の指示に従うこと

- 2) 使用可能な場合は、混雑した時間を避け、対人距離に気をつけること
- 3) トレーニング強度が高い場合は、通常よりもさらに他者との間隔を空けること
- 4) ジムの床でのストレッチ等は避け、使用前・使用後に全ての備品を消毒すること
- 5) ジムでのケア行為は避けること
- 6) ジム内の利用者が触れる場所やスポーツ用具は、使用前後に除菌シートにて消毒を行い、清潔を保つこと
- 7) ジムの利用後は必ずポンプ式石鹸を用い 30 秒以上の手洗いと手指消毒を行うこと

#### <トイレ・更衣室・シャワールームの利用について>

- 1) 基本的に更衣室・シャワールームの使用は禁止とする
- 2) 会場に設置されているアイスバスは基本的には使用しない。1人ずつの使用や定期的な清掃・風呂水専用塩素剤の使用の管理がきちんとなされていることが確認できた場合に限り使用可とする。その際は対面とならないよう、一人ずつ使用し、対人距離(できるだけ 2m、最低 1m)を保ち、顔の粘膜を不用意に触ることがないように注意する
- 3) サウナの使用は禁止とする
- 4) トイレの使用方法に関しては、P15「移動時の公共トイレの使用」を参照すること

#### <食事について>

- 1) 席は 1.5~2m の距離を開けること。向かい合わせの配席は不可とする
- 2) 食事のために十分に広い部屋がない場合、混雑を避け食事時間をずらして対応すること
- 3) ビュッフェ形式の食事の場合、個人専用トングを用いることができ、大皿に唾液が飛ぶような状態でないこと、またカバーなどの飛沫を予防できる措置が取られていることが確認できた場合のみ利用可とし、飛沫に対する対策が講じられていない場合は利用しないこと
- 4) 基本的に食事は一人分ずつパッケージに分けられたものを選択すること
- 5) 食事は決められた場所でのみ取ることとし、対人距離(できるだけ 2m、最低 1m)を確保し、対面は避け、会話せず食事すること

#### <試合・練習時の飲水、暑熱対策>

- 1) 容器の共有は不可。各自それぞれの水筒・ペットボトル等から飲水すること
- 2) ペットボトルを使用した場合、使い終わった容器は破棄すること
- 3) クーラーボックスの共有は避け、各自専用のクーラーボックスを準備すること
- 4) 大会の準備する共有のクーラーボックスから水や氷を取り出して体を冷やすことは避ける
- 5) キャップを開けて口をつけたペットボトルに蓋をし、大会の準備する共有のクーラーボックスに戻して冷やすことは避ける

- 6) 暑熱時、また基礎疾患の関係で体温調整の難しい選手は特に、各自専用クーラーボックスに不特定多数の人の接触していない氷を準備すること（宿泊先のホテル等で調達すること）

#### ●練習・試合前のルール

- 1) 試合開始時間の少し前に着替えを済ませてから会場へ向かうこと
- 2) 車いす使用者は、コートに入る前に、タイヤのふき取りとハンドリムの消毒をすること  
また、立位者およびスタッフは、コートに入る前に、外履シューズから練習用シューズに履き替えること
- 3) ウォーミングアップは、相手コートには侵入せずに、自陣のコートにて行うこと
- 4) 基本的にストレッチマットは持参し、使用前に選手自身で消毒をすること。施設のストレッチマットを利用する場合は消毒を実施した上で、各自のタオルで顔周辺を覆いながら利用する事を推奨する
- 5) 練習・試合前に、使い捨て手袋を装着し、使用する用具（ベンチ、ラケット、ハサミなど）を消毒したのち、手指消毒後、練習・試合を開始すること  
※基礎疾患の関係で、手袋を口で着脱する必要がある選手においては、原則手袋を着用せず、物品消毒後に必ず手を洗うか、消毒をすること。どうしても手袋着用が必要な場合は着用前後に手袋の消毒も行い、衛生管理に気を付けると同時にこまめにうがいをする
- 6) ラケットをテーピングで固定する必要がある選手は、テーピングは個人のものを使用し、他人と共用しないこと
- 7) 基礎疾患の関係上、ハサミやテーピングを口で操作する選手は、個人の道具を使用し、衛生にも気をつけると同時に、こまめにうがいをする

#### ●練習・試合中のルール

- 1) 試合前、試合中、試合後全ての間で、握手やハイタッチ、抱擁など、全ての身体接触を避けること
- 2) ITF・大会のガイドラインに則り、ボールの他者との共用は避け、できるだけ選手は自分の（個別に番号が付けられた）ボールを使用すること
- 3) [ITFのタオルポリシー](#)に従うこと。タオルについては下記のような取り扱いにすること
  - ・ボーラーにタオルを渡さないこと
  - ・ボーラーにタオルを取るよう要求しないこと
  - ・選手は自身のタオルの扱いに責任を持つこと
  - ・タオルの置き場所をサイドごとに指定し、指定した場所は試合中変更しない（タオルの置き場所はコートの両端で異なる場所とする）
  - ・ポイント間の時間は変更しない（25秒）

- ・使用済みのタオルは返却場所（ボックス）に返却する
- 4) チェンジオーバーの際には選手同士でネットの異なるサイドを通るものとする
- 5) ラケット、タオル、水、食品などの如何なる物品・用具・食品も共有しないこと
- 6) テニスコートでの唾・痰吐き、うがい等は飛沫が飛び感染の原因になるため禁止する
- 7) オフィシャルスタッフ、ボーラー、相手選手との対人距離に気をつけること
- 8) 飛沫防止の観点から、試合中に不要な大きな声を出すことは避けること

### ●練習・試合後のルール

- 1) ペットボトル、使用後のテーピング等のゴミは、各自で持ち帰る、または大会の指定する場所に捨てること
- 2) 車いす使用者は、練習後コートを出る時にタイヤをふき取り、ハンドリムを消毒する
- 3) 車いすと同様に、杖、義手や義足等の補装具使用者においても練習後、特に他人との接触が生じた補装具の部位の消毒を念入りに行うこと
- 4) 試合終了後はすぐに会場を出て、宿泊先に戻ることに

### ●帰国について

#### <帰国の準備>

- 1) 日本にウィルスを持ち帰らない為にも競技用車いすの梱包、パッキングの際には全ての用具、備品を一旦消毒し、梱包、パッキングすること
- 2) 特に靴底、競技用車いすのタイヤ・キャスター等直接地面に接触する部分は念入りに消毒すること
- 3) 競技用車いすのキャスターは梱包せず、押して持ち帰る選手は日本に帰国して空港でキャスターの消毒をすること

#### <帰国時の移動の注意>

- 1) P14「移動時の注意」を参照すること

#### <帰国時の水際対策・隔離措置に対する注意>

(2020年8月現在 ※上記は随時更新される為、頻繁に確認すること)

- 1) [新型コロナウイルス感染症に関する水際対策に係る措置](#)に基づき、帰国後の公共交通機関の使用はしないこと
- 2) 空港検疫にてPCR検査を行う必要がある場合は、検疫官の指示に従うこと
- 3) 併せて下記の厚生労働省<sup>※1</sup>、法務省の措置<sup>※2</sup>も確認すること

※1 厚生労働省 [日本への入国の際の検疫・隔離等に関する情報](#)  
[水際対策の抜本的強化に伴う Q&A](#)

※2 法務省 [日本への上陸拒否地域等に関する情報](#)

- 4) 外務省の指定する上陸拒否国に滞在歴のある日本人に対して、帰国後 14 日間の自己隔離が求められる
- 5) 隔離期間中は自宅またはホテルで人との接触を避け過ごすこと
- 6) 自宅での隔離が難しい場合は、あらかじめ政府の指定するホテル等を帰国日に合わせて予約しておくこと

<隔離措置後の練習再開における注意点>

- 1) トレーニングが十分に実施できていない状態であることから、下記の表を参照し怪我の無いよう徐々にトレーニングを再開すること

再開の順序	内容	備考
Step1 練習開始 ～1 週目	* ミニテニスから徐々に * チェアトレーニング * 有酸素運動の練習への取り入れ推奨 * 可動域の確認と柔軟性の確保	
Step2 2 週目 ～3 週目	* 低～中強度でのトレーニング * クイックネスのチェアスキルの練習への取り入れ推奨	
Step3 4 週目 ～5 週目	* 中～高強度でのトレーニング * バリスティックなトレーニングも可	* 高強度のトレーニングは 1 日 2 時間まで * こまめにインターバルを取り、水分補給を心がけること
Step4 6 週目以降	* 通常のトレーニング * 実戦形式の実施	

※隔離期間の 14 日間にも、体力が落ちないように可能な限り柔軟性の確保、筋力・持久力の維持のための運動を実施すること

※極端な息切れや疲労感がある場合は、次の Step に進まないこと

※前回の体力測定（特に 3 分間走）の記録並びに心拍数を参考にし、前回の記録と同レベルに戻ってから Step3 以降に進むことを推奨する

※不明点があれば NF トレーナーに連絡すること

●海外旅行保険への加入について（参考）

- 1) 新型コロナウイルス感染に対する補償のある海外旅行保険を選択すること
- 2) 責任期間中に新型コロナウイルスに感染し、責任期間が終了した日から 30 日以内に治療を開始した場合も保証されるタイプの保険を選択することが望ましい（保険のタイプ

によっては、責任期間終了後 72 時間以内に治療開始した場合に保証されるタイプもある)

- 3) 旅行変更費用の補償ならびに新型コロナウイルスに伴う飛行機の欠航や、被保険者に対する公権力による拘束（感染可能性による収容施設への隔離等）による帰国困難に伴い自動的に責任期間が延長補償されるタイプの保険を選択することが望ましい

## 5. 海外遠征におけるメディア対応について

### ●海外遠征時のメディア受け入れ準備について

- 1) 海外遠征期間中に取材を受ける可能性のある選手は、必ず NF へ事前連絡を入れること
- 2) 取材を受ける選手は、取材希望メディアに対し、以下の内容を事前に伝えること
  - ① 取材会場でのガイドラインやルールを遵守すること
  - ② 以下の事項に該当する場合は、自主的に取材の実施を見合わせて頂きたいこと
    - ・ 渡航 2 週間前から取材日当日までに、体調不良等の症状(例：発熱・咳・咽頭痛等)がある場合
    - ・ 同居家族や身近な人に、新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる場合
    - ・ 取材日前 2 週間以内に、政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国や地域等への渡航、または当該在住者との濃厚接触がある場合
    - ・ 取材日当日の体調が良くない場合(例：発熱・咳・咽頭痛等の症状がある場合)
      - \*感染疑いの段階での不用意な接触を避けるため、連絡方法は電話等の遠隔で行い、取材を中止としていただく
  - ③ 体温計を持参していつでも体温を測定できるようにすること
  - ④ 取材会場では常時マスクを着用すること。また対面取材ではフェイスシールド着用等の感染予防対策を十分に施すこと
  - ⑤ 取材実施後 2 週間以内に体調が悪くなった場合は、取材対象選手へ連絡すること
- 3) 取材者より取材後に体調が悪くなったとの連絡を受けた選手は、NF へその旨連絡をすること

### ●海外遠征先施設でのメディア対応

- 1) 取材日当日、取材者には必ず会場に来る前に体温測定をしてもらうこと
  - \*取材者の当日の体温が 37.5 度以上の場合は取材を中止し、ホテル待機して頂くようお願いする
- 2) クラブハウス等施設屋内での取材はなるべく避け、基本的に屋外で対人距離を保った状態での取材を提案する。また、できるだけ短時間で取材を終えるよう依頼する
- 3) 取材者には常時マスクを着用していただく

### ●海外合宿時のメディア受け入れ準備について

- 1) 海外合宿期間中に取材を受ける可能性のある選手は、必ず NF へ事前連絡を入れること
- 2) NF は海外合宿時にメディアの受け入れがある場合、必ず広報対応担当を置くこと
- 3) NF は取材希望メディアに対し、以下の内容を事前に伝えること
  - ① 取材申請を必ず提出すること
  - ② 以下の事項に該当する場合は、自主的に取材の実施を見合わせる事

- ・ 渡航 2 週間前から取材当日までに、体調不良等の症状(例：発熱・咳・咽頭痛等)がある場合
  - ・ 同居家族や身近な人に、新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる場合
  - ・ 取材日前 2 週間以内に、政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国や地域等への渡航、または当該在住者との濃厚接触がある場合
  - ・ 取材日当日の体調が良くない場合(例：発熱・咳・咽頭痛等の症状がある場合)
    - \*感染疑いの段階での不用意な接触を避けるため、連絡方法は電話等の遠隔で行い、取材を中止とすること
- ③ 体温計を持参していつでも体温を測定できるようにすること
  - ④ 取材会場では常時マスク着用が必須であること。また、対面取材では、フェイスシールドの持参着用が必須であること
  - ⑤ 「健康チェックシート」\*への当日記入および提出が必須であること
    - \*健康チェックシートサンプルは P28 を参照のこと
  - ⑥ 当日は NF へ事前に申請した取材形式のみ可能とし、対人距離に気を付けながらできるだけ短時間で取材を終えるよう留意すること
  - ⑦ 取材実施後 2 週間以内に体調が悪くなった場合は、NF へ連絡をすること

#### ●海外合宿先施設でのメディア対応

##### 1)NF 広報対応担当者は、当日以下を実施すること

- ① 取材者には必ず、会場に来る前に体温測定をしてもらうこと
  - \*取材者の当日の体温が 37.5 度以上の場合はホテル待機するよう促し、取材対象者の関係先と取材実施可否を相談すること
- ② 取材者には「健康チェックシート」を記入してもらう
- ③ 下記を確認の上、取材許可を出す
  - ・ 事前に取材申請をしていること
  - ・ 「健康チェックシート」の記入内容

##### 2)クラブハウス等、合宿先施設屋内での取材は避け、基本的に屋外で対人距離を保った状態での取材をお願いする。また、できるだけ短時間で取材を終えるよう依頼する

##### 3)取材者は常時マスクを着用するよう伝える

##### 4)NF は取材者と取材対象者が長時間接触することのないよう、調整を行うこと

##### 5)NF は取材者と取材対象者以外の合宿参加者が出来るだけ接触することのないよう、調整を行うこと

## 6. 新型コロナウイルス感染を疑う体調不良者および陽性感染者が発生した場合の対処

### ●対処法における共通事項

- 1) 新型コロナウイルスを疑う症状のある対象者に接触する際には、防護服、ゴーグル、マスク、シューズカバー、使い捨て手袋等を装着し、対人距離を保ち 15 分以上の接触は避けること
- 2) 上記の感染予防具の準備が無い場合は、安易に新型コロナウイルス感染症を疑う症状のあるものに近づかず、電話やビデオ通話等を活用すること

### ●出国前の PCR 検査で陽性となった場合

- 1) PCR 検査陽性となった場合、検査を受けた医療機関の指示に従うとともに、渡航は中止し、NF スタッフ(馬場)へ報告すること

### ●海外遠征中に新型コロナウイルスを疑う症状を発症した場合

<体調不良、発熱、味覚障害などの症状がある場合>

- 1) 下記のような症状がある時点で大会会場へ行くことは認めない
  - ・発熱（37.5 度以上）  
※基礎疾患の影響により発汗・体温調整が難しい場合、または平熱が高い場合は 37.5℃を超えた時点で NF スタッフに相談し指示を仰ぐこと
  - ・咳嗽（せき）
  - ・喉の痛み
  - ・疲労感、強い倦怠感
  - ・息苦しさ
  - ・嗅覚・味覚の異常
  - ・その他、「いつもと何か違う」と感じた場合
- 2) 宿泊先ホテルにて自己隔離とする
- 3) 相部屋の場合は体調不良者を隔離できるような環境を手配すること
- 4) すぐに大会ディレクターに体調不良があることを電話またはメールで報告し、指示に従うこと
- 5) NF のトレーナーが帯同している場合はすぐに NF トレーナーに電話で報告すること
- 6) NF のトレーナーは連絡を受け、大会ディレクター、JWTA スタッフに報告すること
- 7) NF のトレーナーが帯同していない場合は、自身で大会ディレクター、NF スタッフに報告すること（岩崎・中澤・三浦・遠藤・蛭江・増田・馬場・塚本のうち 1 名）
- 8) 大会ディレクターの指示に従うこと  
※ITF のルールは下記を参照

[ITF RETURN TO INTERNATIONAL TENNIS PROTOCOLS MANAGEMENT OF COVID-19 CASES AT THE TOURNAMENT VENUE](#)

(参照:上記 ITF ルールより一部抜粋)

\*PCR 陽性または試合までに検査結果がわからない場合、トーナメントドクターがコロナウィルス感染の可能性を排除できない場合、並びに感染の疑いがあるが検査を受けることができない場合、試合に出ることはできない

\*PCR 検査 1 回目が陰性でも 24 時間後以降に 2 回目を受ける必要があり、2 回目が陰性だとトーナメントに戻れる可能性がある

\*検査を受けることができない場合は、最後に危険に晒されたと思われる日から数えて 14 日間隔離される

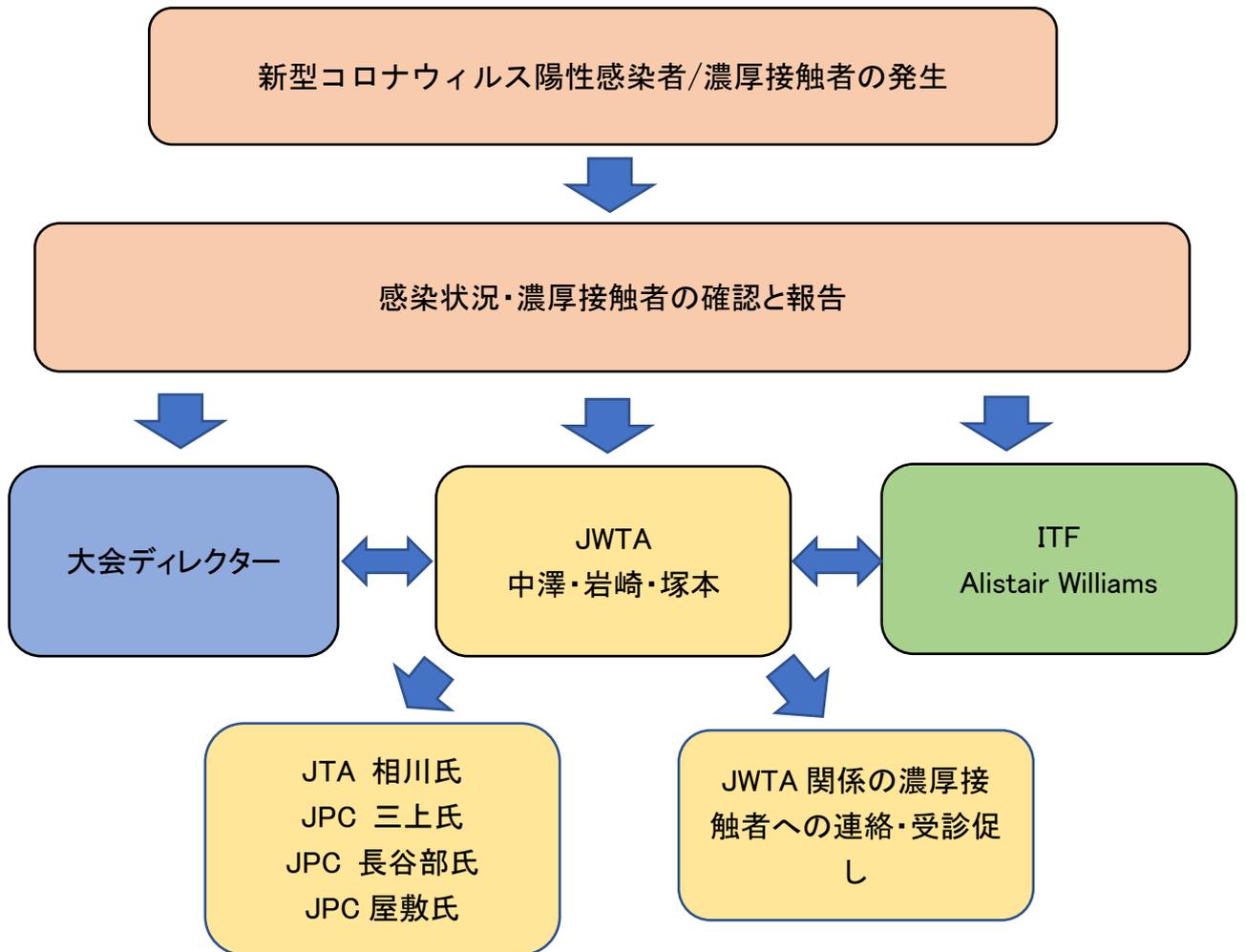
#### ●帰国時の PCR 検査陽性と判断された場合

- 1) 帰国時の検査で PCR 検査陽性となった場合、検疫官・保健所の指示に従うこと
- 2) いずれの場合においても、陽性となった時点で濃厚感染者の有無とともに NF スタッフ(馬場)に連絡すること
- 3) 参加する予定の、または参加した全ての大会の大会ディレクター、ITF (covid19@itftennis.com) へ連絡すること。尚、ITF や、各大会ディレクターに連絡する際には、NF アドレス (office@jwta.jp) も CC に入れること

#### ●帰国後に症状が現れた場合

- 1) 帰国後 2 週間以内に新型コロナウイルス陽性を疑う症状が出た場合は、各自治体保健所に連絡し、渡航者・帰国者外来を受診すること。また、その旨 NF スタッフに報告すること(岩崎・中澤・三浦・遠藤・蛭江・増田・馬場・塚本のうち 1 名)
- 2) 帰国後 14 日以内に新型コロナウイルス陽性となった場合、今回の渡航で出場した全ての大会の大会ディレクター、ITF (covid19@itftennis.com)、NF スタッフへすぐに連絡すること(岩崎・中澤・三浦・遠藤・蛭江・増田・馬場・塚本のうち 1 名)
- 3) 連絡を受けた NF スタッフは、濃厚接触者を確認、濃厚接触者に連絡するとともに、速やかに渡航者・帰国者外来を受診するよう促すこと

●新型コロナウイルス陽性感染者/濃厚接触者が発生した場合の対応



## 7. 参考文献

- 1) [International Tennis Federation \(ITF\) , Return to Tennis Guidelines](#)
- 2) [Return to International Tennis Protocols](#)
- 3) [日本渡航医学会 HP](#)
- 4) 外務省 海外安全ホームページ
- 5) 厚生労働省 [日本への入国の際の検疫・隔離等に関する情報/水際対策の抜本的強化に伴う Q&A](#)
- 6) Jリーグ 新型コロナウイルス感染症対応ガイドライン
- 7) World Rugby 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に伴うラグビー活動の安全な再開について
- 8) 国立感染症研究所 [積極的疫学調査実施要領における濃厚接触者の定義変更に関する Q&A（2020年4月22日）](#)

