

**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 強化合宿再開ガイドライン
(Ver. 2.0)**

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、一般社団法人日本車いすテニス協会（以下、JWTA という）では6月末、NTC 競技別強化拠点（車いすテニス）いづつかスポーツ・リゾート（以下、NF 拠点という）に係る「新型コロナウイルス感染症(COVID-19)対策に係る JWTA 車いすテニス再開ガイドライン（ver.2.0）」を策定、選手それぞれも当該ガイドラインに準じる形で、全国各地での安心安全な練習再開に動きだしている。

また、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8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7月21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国内における強化合宿開催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。本ガイドラインが選手の競技力向上、また、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。なお、国外での強化合宿開催に係るガイドラインは、海外遠征等と併せ、別途設ける。

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	20200721	JWTA 強化本部	全体
2.0	20201007	JWTA 強化本部	P10、P11、P14、P17、P21-24 追記

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. 強化合宿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. 強化合宿における感染予防のための手順とルール	P12
5. 強化合宿におけるメディア対応について	P19
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	P21
7. 参考文献	P25
8. 体温記録表および健康チェックシートサンプル	P26

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言われている。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言われている

●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

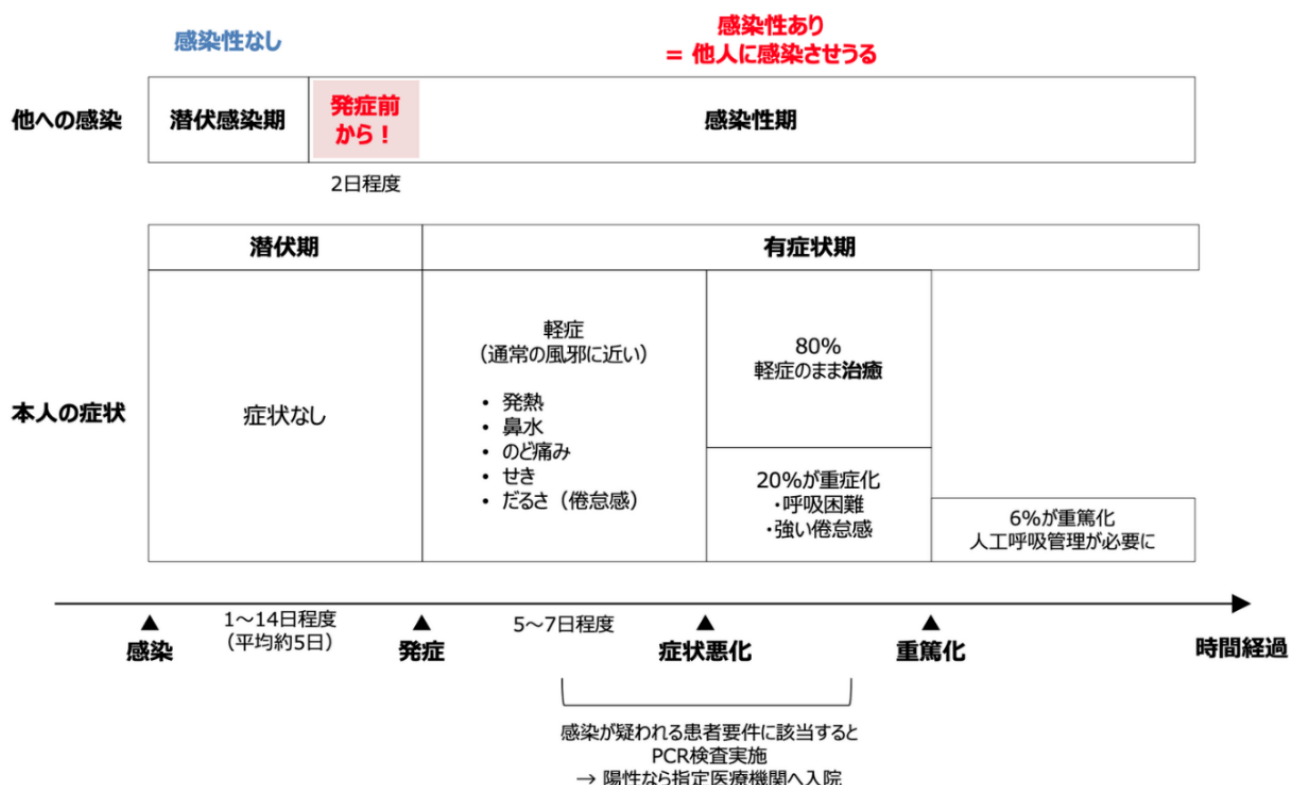
●症状

- 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) 新しいウィルスであるため、解明されていないことがまだ多くあるが、他のウィルス感染のように、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、あるいは同じ集会に参加した者）
- ・あらゆる移動手段で感染者と近接した状態（1m 未満の距離）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

2. 強化合宿再開における段階的ルール

強化合宿開催については、合宿地である各都道府県の方針に従うことを前提とする。実施の判断については、合宿開催の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Aでないこと
- 2) 強化合宿再開の Phase が3以上であること
- 3) 合宿地及び住居地、活動地である各都道府県において、移動の自粛要請がないこと
- 4) 合宿先施設の所有者・管理者や管轄自治体と事前協議・確認を行い、開催が承諾されていること
- 5) 合宿先施設で感染予防策が十分にとれること
- 6) 参加予定者の健康に関する状況が把握できる体温記録表、および同意書が提出されていること

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、強化合宿の開催をNFにて決定する

●各 Phase の考え方（P9「表1」参照）

考慮すべき項目として、新型コロナウイルスの感染拡大状況に伴う警戒レベル（Alert Level）と強化合宿再開の段階（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（ver. 2.0）と同様に、強化合宿再開の 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 * 強化合宿開催不可
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 * 強化合宿開催不可
	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 * 十分な感染症対策を講じて地域別強化合宿可
	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 * 十分な感染症対策を講じて 50 人以下の強化合宿可
C	Phase5	通常のトレーニング時期 * 感染予防に注意しながら強化合宿可

表1 JWTA車いすテニス再開ガイドライン 強化合宿再開における各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	Phase 4	Phase 5
体調管理	JWTA所定の体温記録表提出 (利用日より遡って2週間以内に問題がある場合は、合宿参加不可)				
強化合宿の開催	原則不可		地域別合宿のみ可	十分な感染症対策を講じて50人以下の強化合宿可	感染防止に十分注意して合宿開催可
屋内／屋外コート	原則使用禁止	■屋内コートでは換気を十分に考慮する(原則開け放し。あるいは20分に1回程度の換気) ■屋外/屋内ともに「選手+スタッフで2名以内/1面」を推奨 ■コート内は水分補給以外の飲食NG	■屋内コートでは換気を十分に考慮する(原則開け放し。あるいは20分に1回程度の換気) ■屋外/屋内ともに「選手+スタッフで2名以内/半面」かつ「4名以内/1面」を推奨 ■コート内は水分補給以外の飲食NG	■屋内コートでは換気を十分に考慮する(原則開け放し。あるいは20分に1回程度の換気) ■屋外/屋内ともに「選手2名以内+スタッフ1名以内/半面」かつ「6名以内/1面」を推奨 ■コート内は水分補給以外の飲食NG	通常のテニスコート環境 (感染予防ルール厳守)
トレーニング室	原則使用禁止	■同時に入室可能な人数は5名以内とする ■水分補給以外の飲食NG	■NFトレーナーへの事前連絡を原則とし、十分な感染症対策と安全性が確認できれば使用可		通常のトレーニング環境 (感染予防ルール厳守)
トレーニングの方法・種類	■個人トレーニング ■ホームエクササイズ ■混雑していない屋外でのラン等	■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	■接触を伴うペアトレーニングは不可 ■クイックネスのチェアスキルの練習への取り入れ推奨	■接触のあるペアトレーニング・チームトレーニングも可(6名以内) ■パリストニックなトレーニングも可	通常のトレーニング (感染予防ルール厳守)
移動	原則禁止	■原則公共交通機関の利用は禁止 ■原則自動車・徒歩移動が主体	■原則自動車・徒歩移動が主体 ■公共交通機関の利用は飛行機のみ可能 ■空港までの移動含め、原則自動車移動またはNFによる送迎利用	■自動車・徒歩等の移動が主体 ■飛行機以外の公共交通機関の利用も可能	通常の移動環境 (感染予防ルール厳守) (自動車移動推奨)
宿泊	原則禁止	■原則宿泊を伴わない日帰り利用とする(ただし指導者はこの限りではない)	■遠方からの利用者・移動困難者は宿泊可(ただしシングルユースのみ)	■遠方からの利用者・移動困難者は宿泊可(原則シングルユースとする)	通常の宿泊環境 (感染予防ルール厳守) (シングルルーム推奨)
食事	原則禁止	■各自持参による必要最低限の補食は可能 ■他者と対面にならないよう場所を考慮	■昼食は各自持参(ただしNF拠点利用時は施設内店舗のみ利用可) ■宿泊先では個別に分けられた食事を手配 ■対人距離の確保できる決められた場所での食事	■昼食は各自持参することを推奨 ■施設内店舗のみ利用可 ■宿泊先では個別に分けられた食事を手配 ■対人距離の確保できる決められた場所での食事	通常の食事環境 (感染予防ルール厳守)
ミーティング・会議	原則禁止		■屋外またはWEBでの実施 ■会議室へ集合してのミーティングは不可	■屋外またはWEBでの実施を推奨 ■会議室利用の場合：左右前後1mの間隔を空けることができること ■換気を十分に考慮する(原則開け放し。あるいは20分に1回程度の換気)	通常の会議環境 (感染予防ルール厳守) (WEBでの実施を推奨)
メディア	原則不可		■囲み取材、密着取材、個別取材等接触を伴う(対人形式の)取材不可(コート外等からの接触を伴わない撮影のみ可) ■コメント取りは電話・WEB取材のみ可 ■来場者の当日の体温測定・体調報告必須	■囲み取材、密着取材は不可 ■個人取材はNF・選手と相談の上可否決定(対面形式の場合はフェイスシールドの着用必須) ■来場者の当日の体温測定・体調報告必須	通常のメディア対応 (感染予防ルール厳守)

<注意事項>

- 各Phaseから次Phaseへの移行は、日本政府ならびに合宿開催地の都道府県による諸対策や発信等を総合的に判断しNFにより決定する(ただし、各Phaseは最短でも2週間程度は維持するものとする)
- 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

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

●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を含む）等合宿に関わる全ての者は、感染予防対策に係る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、自署による同意書提出をもって、強化合宿参加可能とする（同意書未提出の場合は強化合宿参加不可）
- 2) NF 提示の感染予防対策が守られていない場合、本人ならびに他者の安全を確保する等の観点から、合宿への参加取り消し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*の提出は、合宿に参加する者全員を対象とする
強化指定選手/次世代育成強化指定選手/ナショナルコーチ/ NF スタッフ/パーソナルコーチ/パーソナルスタッフ/外部講師 等の派遣依頼を受けた者
（所定の体温記録表未提出の場合は強化合宿参加不可）
* 体温記録表サンプルは P26 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かどうかも確認すること
尚、強化合宿開始日より過去2週間に該当項目がある場合は、合宿への参加を認めない
ただし、下記①②の症状においては、医療機関を受診し当該合宿参加に問題ないと医師が認めた場合は、それを証明する医師発行書面の提出をもって、参加を認めることとする。
（①②限定、③④⑤はいかなる場合でも参加は認めない）

※合宿前2週間における以下の症状の有無

- ① 発熱（平熱を超える、または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
- 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、合宿開始 2 日前の 16 時までに JWTA オフィスメール (office@jwta.jp)宛に提出すること。(当該合宿責任者アドレスも CC にて同送すること。合同合宿：中澤および三浦、地域別合宿：各地区責任者(各地区担当者が責任者を務める))
- 7) 合宿開始前日に 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、合宿参加不可となる場合がある。ただし、医療機関を受診し当該合宿参加に問題ないと医師が認めた場合は、それを証明する医師発行書面の提出をもって、参加を認めることとする
- 8) 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：中澤および三浦)
- 9) 合宿参加者の過去 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
- 10) NF スタッフへの報告について
 - ※合宿前 2 週間、ならびに合宿終了後 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)
 - ※合宿中に体調不良となった場合は、(感染が疑われる段階での不用意な直接接触を避けるため)電話にて NF トレーナーに報告すること
 - ※合宿参加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)
- 11) 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)
- 12) 強化合宿終了日より 2 週間以内に新型コロナウイルス感染が発覚した場合には、速やかに責任者(中澤・岩崎・塚本のうち 1 名)まで申し出ること
(P21「5. 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)

4. 強化合宿における感染予防のための手順とルール

●強化合宿等の準備・運営について

- 1) NF は、合宿開催地の感染症対策のルールの確認とともに、事前に施設ならびに宿泊先とコンタクトを取り、十分な感染症対策を共有した上で合宿を開催するものとする
- 2) NF は、特に食事、清掃に関して、具体的に部屋での個食にするなどの対策を事前に話し合うこと
- 3) 合宿参加者は、本ガイドラインと、合宿先施設の持つガイドラインに差異がある場合、NF の判断を仰ぐこと
- 4) 合宿開催準備における外部との調整は、中澤・岩崎を責任者とする

●移動時の注意点

各 Phase により利用できる移動手段が異なる。本ガイドライン P9「表 1 JWTA 車いすテニス再開ガイドライン 強化合宿再開における各 Phase の考え方」を参照すること。また、どの Phase においても、極力自家用車の使用を推奨する

<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) 飛行機内ではマスク着用を必須とする
- 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、自身の車いすへ移乗する前に一度、車いす・タイヤを除菌シートで拭くこと

<新幹線による移動>

- 1) 新幹線の車内は、6~8 分で全ての空気が入れ替わるとされるが、基本的な感染予防対策は遵守すること
- 2) 新幹線内ではマスク着用を必須とする
- 3) 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
- 4) 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
- 5) 混雑を避け、対人距離の確保できる時間帯に乗車すること

<長距離バスによる移動>

- 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着用を継続し、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) 混雑を避け、対人距離の確保できる時間帯に乗車すること

<移動時の公共トイレの使用>

- 1) 本ガイドライン「●合宿先のテニスコートでの注意」内、「P16<公共トイレの使用>」を参照すること

●合宿先での移動について

- 1) Phase により利用できる移動手段が異なる (P9「表 1」参照) が、基本的に NF の準備するレンタカー、または自家用車を利用し、公共交通機関の利用は必要最小限とすること
- 2) Phase4 以降、各自での移動が必要な際には、できる限りレンタカーを利用し、不特定多数の人との接触を避けること。公共交通機関を利用する場合はマスクや消毒等の標準予防策を徹底すること

●滞在先での注意

- 1) NF は、できる限りホテルでの共用部 (廊下やロビー、食堂等) における一般客との接触を避ける等、感染予防対策を十分に工夫すること
- 2) NF は、チームが使用する部屋は事前に消毒、換気してもらうよう、ホテルへ事前依頼・確認をすること
- 3) NF は、連泊する場合の客室の清掃は、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よう調整すること
- 4) 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
- 5) 自室以外ではマスクを着用すること
- 6) エレベーターのスイッチや階段の手すり等の共用部は NF にてこまめに消毒するが、できる限り素手で触らないこと
- 7) 自室のドアノブやスイッチ等は各自こまめに消毒すること
- 8) ホテルのサウナやバー等、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) ジム利用を希望する場合は NF トレーナーへの事前連絡を原則とし、トレーナーにより使用可否を判断するものとする
- 10) 自室以外の不必要な部屋間の往来を禁止とする
- 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) 強化合宿期間中の不必要な外出は禁止とする。必要な場合は NF まで申告すること

●合宿期間中の注意

＜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) 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 NF トレーナーに（感染疑いの段階での不用意な接触を避けるため）電話で知らせること。練習への参加は原則不可
 - ① 発熱（平熱を超える、または 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、事前に NF に相談しておくこと
 - 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、「いつもとなにか違う」と感じた場合
- 3) NF トレーナーは毎日練習前に全員の検温ならびに体調の確認を行うこと
- 4) 消毒液、マスク等は NF でも準備するが、必要備品（手指消毒液、消毒用ワイプ、手袋、マスク）は極力持参すること。なお、体温計、クーラーボックス、ストレッチマットは共用不可とし、各自必ず持参すること

＜ミーティング＞

- 1) Phase4 までは基本的に屋外での開催とし、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) 室内で実施する場合、部屋の換気が十分にできる環境で行い、互いに 1.5～2m の距離をとって着席すること
- 3) どの Phase においても、可能な限り WEB 形式での開催を推奨する

＜食事＞

- 1) 互いに 1.5～2m の距離をとって着席すること。向かい合わせの配席は不可とする
- 2) 基本的に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
- 3) 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
- 4) NF は、Phase4 までは原則としてビュフェ形式での食事提供ホテルは宿泊先として選択しない
- 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

＜選手への処置およびマッサージ＞

- 1) 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こと
- 2) 手袋の装着が難しい場合等では、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立ち入らない
- 7) ケアは折りたたみベッドにて行うこと。また都度消毒するものとする(選手のベッドや自身のベッドでのケアは不可)
- 8) 折りたたみベッド使用時はタオルを敷き、使用毎に取り替えること

●合宿先のテニスコートでの注意

＜合宿先施設の利用＞

- 1) NF は合宿先施設内の動線を工夫して、人と人の接触を減らす工夫をする
- 2) マスク等の着用ルールは以下とする
 - ・選手：練習中以外は常時着用
 - ・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(特に Phase3 まで)
 - ・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)、マスクや手袋に加え、
ガウンまたは代用品による防護等を着用

 - ・その他スタッフ：常時着用

※高温や多湿の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。屋外で他者と十分な距離(少なくとも 2m 以上)が確保できる場合は、マスクを外してもよい
- 3) 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
- 4) 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
- 5) 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
- 6) 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

＜合宿先施設内(または宿泊先)のジム利用＞

- 1) 基本的に Phase3 以降から可能とするが、利用に関しては事前に NF トレーナーに連絡し、状況を見て利用可否の判断を仰ぐこと
- 2) 本ガイドラインならびに当該施設が定める感染予防ガイドラインに従うこと
- 3) 混雑した時間を避け、対人距離に気をつけること
- 4) 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

- 5) 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
- 6) ジムでのケア行為は避けること
- 7) トレーニング室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
※消毒の際には、マスクおよび手袋の着用を徹底すること
- 8) ジム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

<更衣室・シャワールーム利用>

- 1) 基本的に合宿先施設での更衣室・シャワールームは利用禁止とし、着替え等は宿泊先で済ませてから移動すること（ただし NF 拠点の場合はこの限りでは無い）

<公共トイレの使用>

- 1) トイレ使用時には除菌ワイパー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) 手袋使用後は、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ビニール袋に入れ、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) カテーテルを使用する選手は、使用済みカテー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

<練習時の飲水、暑熱対策>

- 1) 容器の共用は不可。各自それぞれの紙コップや水筒、ペットボトル等から飲水すること
- 2) 紙コップやペットボトル等を使用した場合、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用は避け、各自専用のクーラーボックスを準備すること
- 4) 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
- 5) 氷はできる限り NF トレーナーがまとめて準備する。氷を触る際には手袋を使用し、パックに分けて配布すること

●テニスコート利用の手順

基本的に ITF および NF 拠点利用のガイドラインに準じ、かつ、合宿先施設が定める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](#)

- 1) 屋内外コートにおける利用制限人数は各 Phase により異なる (P9「表 1」参照)。また、対人距離 (2m 以上) を保つこと。また、室内コートは可能な範囲で換気を行う

- 2) 出入り口ならびにコート内での移動の際には、近くで交差しない様、対人距離に気をつけること
- 3) 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、以下の対応とする
* 外コートの場合：シューズの履き替えは不要だが、出入りの度に除菌シートにてシューズ裏を消毒すること
インドアの場合：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
- 4) コート内のベンチは、複数人での共用は避け、対人距離を保つことを基本とし利用可とする
- 5) 練習終了後は、ベンチ・ツール・ボールかご・ボールキャスター等を消毒すること
消毒の際には、マスク及び手袋の着用を徹底すること
- 6) 練習前後等、コーチや練習相手との握手やハイタッチ等の身体接触は禁止とする
- 7) 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
- 8) 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（消毒液は原則各自持参）

●練習前のルール

- 1) 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
- 2) ストレッチマットは各自持参し、使用前に選手自身で消毒をすること。やむを得ず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
- 3) 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
- 4) 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
- 5) 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、衛生管理に気を付けると同時に、こまめにうがいをする

●練習中のルール

- 1) インドアコートの場合、20分に1回の換気を行うこと
- 2) ネット付近での対面によるラケット（コイン）トスや対面での発声は控える
- 3) ラケット、飲み物、タオル等は、他者との共用を禁止とする
※ドリンクの冷却についても各自準備・管理を行うこと

- 4)コート上での唾・痰吐き、うがい等は、飛沫感染の要因となるため禁止する
- 5)練習中でも頻繁に手指のアルコール消毒を行うこと
- 6)ウェットティッシュ等のゴミや汗を拭いたタオル等は、ビニール袋に入れ、密封に縛った状態で各自持ち帰ること
- 7)飛沫防止の観点から、練習中に不要な私語や大きな声を出すことは避けること
- 8)チェンジオーバーの際はコートの異なるサイドを通ること

●練習後のルール

- 1)クールダウンは、相手コートには侵入せずに、自陣のコートにて行うこと
- 2)ストレッチマットは各自持参し、使用前に選手自身で消毒をすること。やむを得ず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
- 3)ペットボトル、使用後のテーピング等のゴミは、各自持ち帰ること
- 4)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
- 5)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
- 6)練習後はすぐに当該施設を出て、宿泊先に帰ること

5. 強化合宿におけるメディア対応について

●メディア受け入れの事前準備

- 1) 合宿時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 はメディア公開をする場合、必ず広報対応担当を置くこと
- 3) NF は各合宿における取材拘束時間の範囲(例:15 分以内等)を設定すること
- 4) 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取材会場での 3 密を避けるため、受け入れ人数を調整する可能性があること
 - ③取材メディアの活動エリア(移動元)の感染状況により、WEB による取材のみ可とし、現地受け入れを断る場合があること
 - ④以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせること
 - ・取材日前 2 週間以内に、体調不良等の症状(例:発熱・咳・咽頭痛等)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)
 - ・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
 - ⑤当日は必ずマスクを持参し、取材会場では常時マスク着用が必須であること。また、Phase4 までの対面取材では、フェイスシールドの持参着用が必須であること
 - ⑥「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 P26 を参照のこと
 - ⑦当日は NF へ事前に申請した取材形式のみ可能とし、取材対象者から 2m の距離を、取材者同士は最低 1m 間隔を保てる方法で、できるだけ短時間で取材を終えるよう留意すること
 - ⑧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

●合宿先施設でのメディア対応

- 1) NF 広報対応担当者は、当日会場にて以下を実施すること
 - ①非接触型体温計にて取材者の体温測定を行う
 - ②取材者に「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、当日の取材許可を出す
 - ・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

*当日の体温が 37.5 度以上の場合は取材会場より速やかに退去いただく、また、「前 2 週間における以下の事項の有無」に該当する場合は取材中止とする
- 2) 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とする。また、取材対象者から 2m の距離を、取材者同士は最低 1m 間隔を保てる方法にて、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（対面取材時はフェイスシールド）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

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

●対処における共通事項

- 1) 体調不良者が出た場合の NF 報告先は、中澤・岩崎・塚本のうち 1 名とする
- 2) 体調不良者が出た場合、NF は直ちに他選手およびスタッフから隔離できるような環境を手配すること
- 3) 新型コロナウイルス感染を疑う症状のある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
- 4) NF トレーナーによる体調不良者への症状確認においては、感染疑いでの不用意な接触を避けるため原則電話等を利用し遠隔で行うこと
- 5) 新型コロナウイルス感染を疑う症状を発症した場合の搬送先、搬送方法など事前に合宿開催地と具体的な対応策を話し合い調整しておくこと(担当：中澤)

●強化合宿期間中に新型コロナウイルス感染を疑う症状を発症した場合

※合宿中と合宿後の体調不良におけるフローチャート(P23「図 1」)参照のこと

＜体調不良、熱発、味覚障害などの症状がある場合＞

- 1) 症状がひとつでもある時点で、合宿への参加は原則認めない
・ただし、当該症状について医療機関を受診し、当該合宿参加に問題ないと医師が認めた場合は、それを証明する医師発行書面の提出をもって、参加を認めることとする
- 2) 体調不良者は、宿泊先ホテルにて自室待機とする
- 3) 相部屋の場合、NF 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) 体調不良を感じた場合は、すぐに NF トレーナーに報告すること。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おこなうこと
- 5) 連絡を受けた NF トレーナーは、すぐに NF 内に報告、情報共有すること
- 6) 合宿責任者および NF トレーナーは、体調不良者の症状が下記の 3 項目のうち何れかに該当し、感染の可能性が高いと判断できる場合には、合宿先の都道府県の設置する帰国者・接触者センターに連絡し、指示を仰ぐこと

※[帰国者・接触者相談センターページ](#)

- ①息苦しさ（呼吸困難）、強いだるさ（倦怠感）、高熱等の強い症状のいずれかがあ
る場合
- ②重症化しやすい方※で、発熱や咳などの比較的軽い風邪の症状がある場合
*高齢者をはじめ、基礎疾患（糖尿病、心不全、呼吸器疾患（COPD 等）など）が
ある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている方
- ③上記以外の方で発熱や咳など比較的軽い風邪の症状が続く場合

(症状が4日以上続く場合は要注意。症状には個人差があるため、強い症状と見受けられる場合にはすぐに当該センターに連絡すること。解熱剤などを飲み続けなければならない場合も同様)

- 7) 上記の症状に該当しない体調不良の場合、NF はトレーナーと話し合い、オンライン受診等ただちに受診できるよう、発熱外来のある近隣病院を手配すること

※厚生労働省：[新型コロナウイルス感染症の感染拡大を踏まえたオンライン診療について](#)

・オンライン受診では、体調不良者、合宿責任者、NF トレーナーと医師の4者にて話し合いが持てるよう、受診予約の際にその旨申し出ること

- 8) 体調不良者が出た場合、診断結果が出るまでは、合宿を中断し、症状がある者の濃厚接触者も原則自室での待機とする（基本、利用施設の方針に準じ、発生状況、時期を考慮した上で判断する）
- 9) 誰が濃厚接触者となるのか判断するためにも、NF トレーナーは強化合宿中の集団活動における詳細を記録しておくこと
- 10) 医師等専門家の判断によりPCR検査を行う必要がある場合、結果が出るまでの間、合宿への参加は認めず、自室待機とする

<PCR 検査結果が陰性の場合>

- 1) 新型コロナウイルス感染症とは異なる症状、または体調が回復傾向にあっても、その後の強化合宿には合流せずに帰宅させる。どのタイミングでどのように帰宅させるかなどは利用施設の方針、受診先または専門医療機関と確認する
- 2) 強化合宿の継続に関しては、活動の縮小または予防の意識強化を図る（基本、利用施設の方針に準じ、発生状況、時期を考慮した上で判断する）

<PCR 検査結果が陽性の場合>

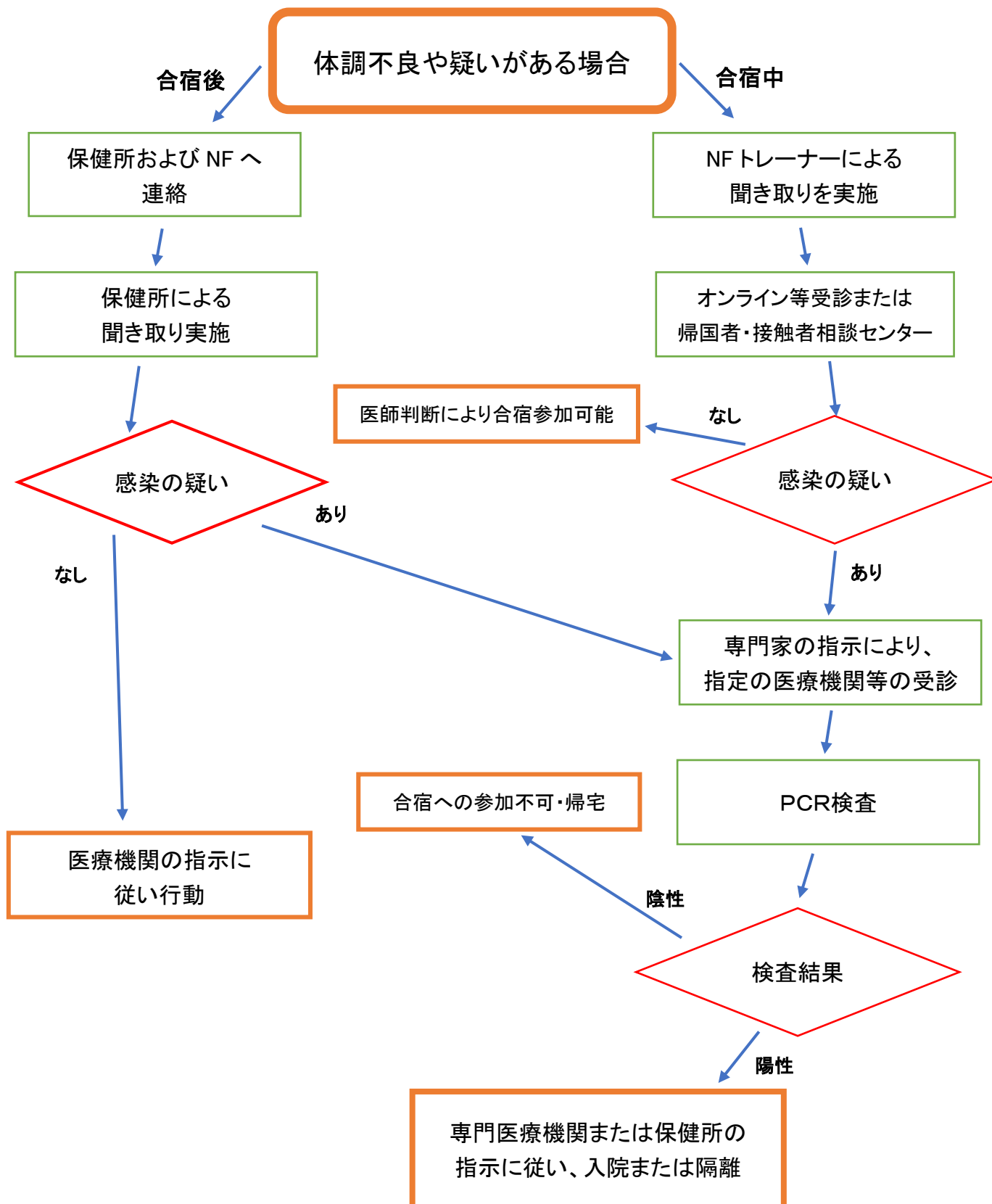
- 1) 専門医療機関、保健所の指示に従うこと
- 2) 強化合宿は即座に中止とし、濃厚接触者を確認する。濃厚接触者は全員指定の病院を受診するとともに、専門医療機関・保健所の指示に従うこと
- 3) NF は、帰宅可能者全員の移動手段の確認と段取りを行う
- 4) NF は、合宿参加者全員の帰宅完了の確認を行う

<合宿終了後2週間以内に体調不良が生じた場合>

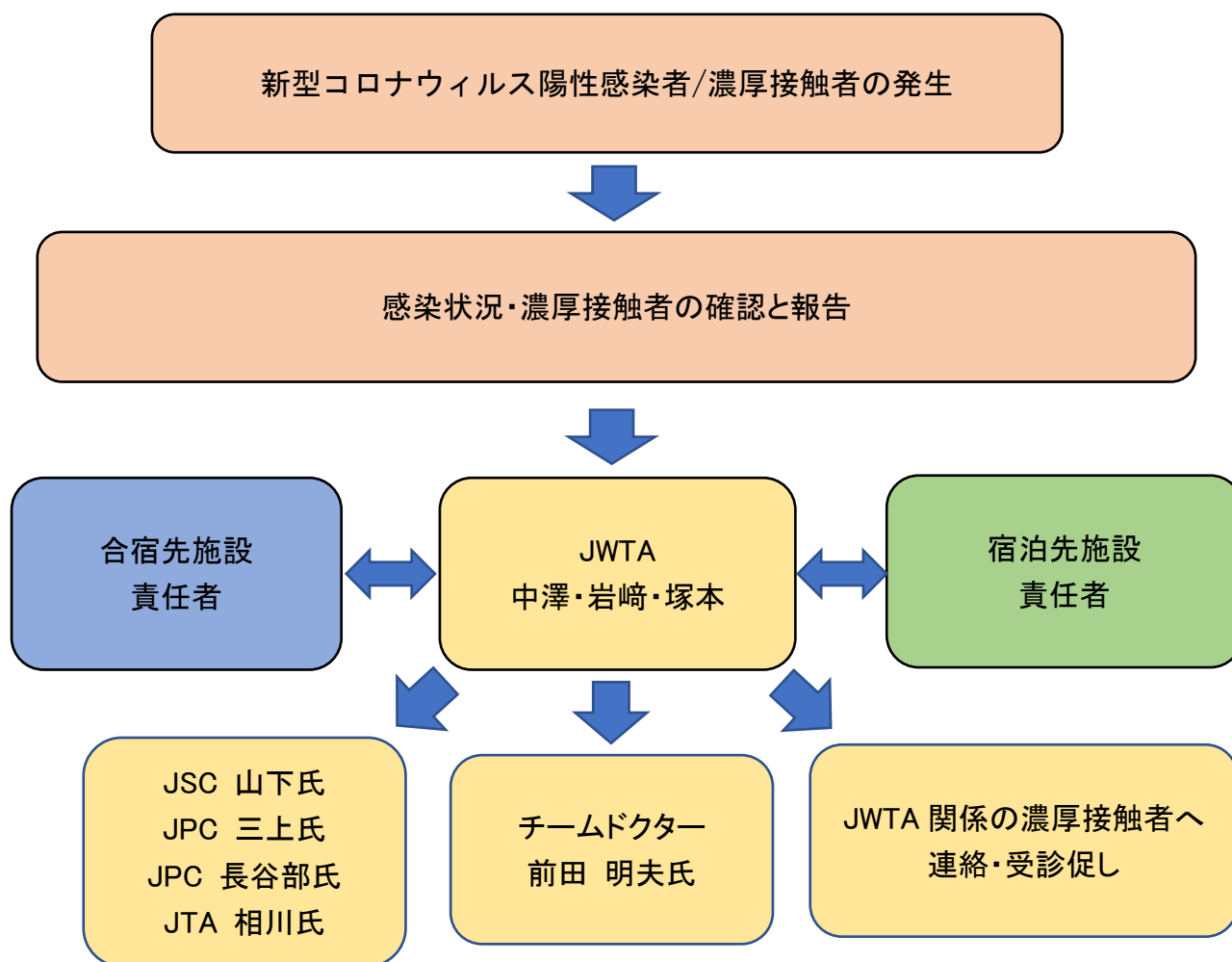
- 1) 合宿終了後2週間以内に体調不良が生じた場合は、NF へ連絡するとともに、必要に応じて医療機関を受診し、医師あるいは専門家の指示を仰ぐこと
- 2) 新型コロナウイルス感染症の陽性が判明した場合は、すぐにNF スタッフまで連絡すること
- 3) 陽性連絡を受けたNF スタッフは、「P24 新型コロナウイルス陽性感染者/濃厚接触者が発生した場合の対応」に則り、各責任者に連絡すること

4) NF は、陽性感染者の濃厚接触者を確認するとともに、当該濃厚接触者に連絡し、速やかに保健所または新型コロナウイルス感染症指定の病院を受診するよう促すこと

(図1) 合宿中と合宿後の体調不良におけるフローチャート



●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) Jリーグ 新型コロナウイルス感染症対応ガイドライン
- 3) 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
- 4) [新型コロナウイルス感染症（COVID-19）対策としてのスポーツ活動再開ガイドライン](#)
- 5) [JTA 今後の活動（味の素 NTC 活用）に向けたガイドライン](#)
- 6) [スポーツ庁ホームページ\(スポーツ関係の新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン](#)
- 7) [公益財団法人日本障がい者スポーツ協会 スポーツ大会等の再開に向けた感染予防ガイドライン](#)

8. 体温記録表および健康チェックシートサンプル

(参照) 体温記録表サンプル

体温記録表						
●毎朝体温測定と症状（咳、たん、鼻水、呼吸困難）などのチェックをお願いします。 ●もし気になる症状が現れたときには、速やかに最寄りの保健所・帰国者・接触者電話相談センターへご連絡ください。						
					氏名	
日付	朝		夕		体調チェック (発熱、咳、だるさ、味覚・嗅覚障害など)	備考 (外出先や接触した人など)
	体温(℃)	測定時刻	体温(℃)	測定時刻		
(記入例) 5/31(曜日)	例36.5℃	例9:05	例36.5℃	例20:30	あり ※あり/なしをプルダウンにて選択 (症状記載例：吐き気と発熱)	例1：吐き気と発熱の症状があったため、〇〇病院の内科を受診した結果、風邪と診断された 例2：〇月〇日に〇〇さんと練習したが、その後〇〇さんは陽性と診断された
					なし	
					()	
					なし	
					()	

(参照) 健康チェックシートサンプル

ご取材日および ご滞在予定時間	/ () ご滞在予定時間 (~)	
御社名		
部署名		
ご氏名		
連絡先	TEL:	FAX:
	携帯電話:	
メールアドレス		
体温	(.)℃	
前2週間における 右記の事項の有無	・ 平熱を超える発熱 ・ 咳（せき）、のどの痛みなどの風邪症状 ・ だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難） ・ 臭覚や味覚の異常 ・ 体が重く感じる、疲れやすい等 ・ 新型コロナウイルス陽性感染者との濃厚接触の有無 ・ 同居家族や身近な知人に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がある場合	