

## 感染症予防対策ガイドライン

(ハイパフォーマンススポーツセンター版)

公益財団法人 日本体操協会

はじめに

本ガイドライン※※は、新型コロナウイルス感染症（COVID-19）が蔓延している中、ハイパフォーマンススポーツセンター（以下、HPSC）専用練習場の活動を安全に再開する方針とルールを示す目的で作成したものです。なお、独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンススポーツセンター、公益財団法人日本オリンピック委員会、日本パラリンピック委員会の三者が配信した「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（国際競技力強化版）※」を初版とし、2020年12月28日現在、「HPSCにおける新型コロナウイルス感染症に関する感染防止対策(2020年12月18日更新版)」に基づき、本ガイドラインでは、本会が管轄するオリンピック種目（体操競技・新体操・トランポリン）のHPSCでの活動に特化して示しました。すべての利用者とその管理者は例外なく、このガイドラインに沿った利用を厳守することになりますので、内容を十分に理解し、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

※2020年5月22日に初版が配信された文書。今後の更新版を含め、以下、「JOC等活動再開ガイドライン」という。

※※HPSCより更新情報が展開される毎に内容更新する。

目次

1. 体操競技・トランポリン・新体操の特性
  - 1) 体操競技
  - 2) トランポリン
  - 3) 新体操
2. JOC等活動再開ガイドラインに基づく各Phaseの利用制限
3. 利用にあたってのルール
  - 1) 施設における感染拡大防止策
    - a) 利用者に取り組むこと
    - b) 本会の専用練習場担当者が取り組むこと
  - 2) 施設利用申請について
  - 3) 危機管理体制
3. その他

## 1. 体操競技・新体操・トランポリンの特性

「JOC 等活動再開ガイドライン」において、新型コロナウイルス感染症の予防法として重要視されていることは、飛沫感染防止対策として「3密を避ける」「咳エチケット」「身体的距離の確保」「マスクをして周りの人に飛沫を飛ばさないように配慮する」、接触感染防止対策として「こまめに手を洗う」「手指消毒」です。この項では、体操競技、トランポリン、新体操の特性と練習再開の段階的な利用計画として配慮すべき点を示します。

### 1) 体操競技

男子6種目、女子4種目のそれぞれで自身に合わせた演技を構成し、やり直しできない競技会に向けて演技を磨きます。難しい技は繰り返し行う基礎スキルの上に成り立っていますので、その積み重ねがないと失敗や最悪の場合、怪我に結びつきます。そのため、競技で使う器械とともに、選手は常に身体を動かし、心技体のバランスを維持しておく必要があります。

なお、その練習は、専用練習場内に分散して常設されている1つの器械（種目）を1選手が使って実施されるため、「3密を避ける」「身体的距離の確保」「他者との接触を避ける」ことが可能です。また、利用する人数や利用時間を調整することで、段階的な利用計画をとることが可能です。

### 2) トランポリン

トランポリンを使い、異なる10跳躍技を演技に構成し、やり直しできない競技会に向けて演技を磨きます。難しい技は繰り返し行う基礎スキルの上に成り立っていますので、その積み重ねがないと失敗や最悪の場合、怪我に結びつきます。そのため、競技で使う器具とともに、選手は常に身体を動かし、心技体のバランスを維持しておく必要があります。

なお、その練習は、専用練習場内に並べられたトランポリン1台につき1選手が使って実施されるため、「3密を避ける」「身体的距離の確保」「他者との接触を避ける」ことが可能です。また、利用する人数や利用時間を調整することで、段階的な利用計画をとることが可能です。

### 3) 新体操

個人競技は75～90秒、団体競技は135～150秒の中で新体操手具を使い、音楽に合わせて芸術性を表現する演技を構成し、やり直しできない競技会に向けて演技を磨きます。難しい技は繰り返し行う基礎スキルの上に成り立っていますので、その積み重ねがないと失敗につながります。とりわけ団体競技は、5名の選手が手具を投げて交換するなど、グループとしてのコンビメーションが必要で、他の種別と異なる特徴を持っています。

なお、その練習は、専用練習場内に並べられた2面のゆかフロアを利用して行われます。個人競技は1面1名が使用するため「3密を避ける」「身体的距離の確保」「他者との接触を避ける」ことができます。団体競技は1面5名が利用し、動きによっては接触を伴います。そのため、利用する人数や利用時間を調整し、個人競技と団体競技を分け、段階的な利用計画を計画する必要があります。

## 2. JOC等活動再開ガイドラインに基づく各Phaseの利用制限

前項で示した各種別の特性を配慮し、別紙の表に示した通り、各Phaseに利用制限を設けることとします。

<表1> JOC等活動再開ガイドラインに基づく各Phaseの利用制限（体操競技・トランポリン）

<表2> JOC等活動再開ガイドラインに基づく各Phaseの利用制限（新体操）

## 3. 利用にあたってのルール

### 1) 施設における感染拡大防止策

感染症感染者、あるいはその疑いのある者の入場を可能な限り防ぎ、施設内で感染が拡大することのないように徹底した対策を講じることとする。

#### a) 利用者が取り組むこと

##### ■利用前の留意事項

- ・利用者は、日ごろから健康に留意した生活を送り、毎日午前と午後の検温と症状（咳、たん、鼻水、呼吸困難）などのチェックを、HPSCアプリ「AthletesPort」を利用できる選手は原則としてそれを活用して記録し、自身の健康状況をいつでも証明できるようにする。それ以外の利用者は、「JGA体調管理検温表」等を活用して記録しておく。
- ・利用者は、利用2週間前からの「AthletesPort」のデータ、またはその代替えとなる記録情報と、利用のために必要な書類等を準備する。
- ・利用者は、利用する前に、自身の体調がよくないと感じた場合、あるいは感染者やその疑いのある者との濃厚接触が疑われる場合、速やかに利用中止を判断する。
- ・利用者は、日ごろから感染症防止に関する正しい情報を確認し、感染拡大防止のため、自身について偽りのない情報を提供できる環境を構築する。

##### ■利用時の留意事項

- ・利用者は、入場直前、あるいは利用中、必要に応じて手洗いやうがいなどの感染防止で奨励される行動を実践する。
- ・利用者は、持ち込み品を最小限にとどめ、その衛生管理を徹底する。
- ・利用者は、3つの密を作らないように努め、専用練習場の換気に気を配り、利用者間の近接した会話や不要な接触を避ける。
- ・コーチ、スタッフは指導中のマスクを着用する。
- ・競技備品の利用に関しては、安全な練習利用に支障をきたす場合があるため、利用者自身の事前消毒を原則とする。なお、消毒液（専用練習場担当者手配）を散布する霧吹きは利用者が準備する。

##### ■利用後の留意事項

- ・利用者は、手洗いやうがいなどの感染防止で奨励される行動を実践する。
- ・利用者は、持ち込み品を持ち帰り、その衛生管理を徹底する。

### ■その他の留意事項

- ・HPSC への移動手段：公共交通機関を利用しないこととする。なお、表1、表2に示したPhase3からは、公共交通機関の利用は妨げないが、極力控えるものとする。
- ・HPSC 内の移動：専用練習場と必要なエリア（棟・フロア・トイレ・通路など）以外の立ち入りを原則禁止とする。
- ・練習以外では感染防止対策（マスクを着用するなど）を徹底する。
- ・HPSC 入館に際しては、その入館のルール（検温や本人確認）に従う。
- ・利用の情報配信はJOCの指示による（SNSによる画像動画配信禁止・館内取材不可）。

### b) 本会の専用練習場担当者が取り組むこと

#### ■利用者の健康管理

- ・利用者による「AthletesPort」や「JGA 体調管理検温表」等の記録を徹底させる。
- ・利用者に対し、日常生活からの健康管理と感染防止対策の啓発に努める。
- ・利用者に対し、HPSC や感染症防止に関する最新情報の提供に努める。

#### ■利用場所、利用方法の管理

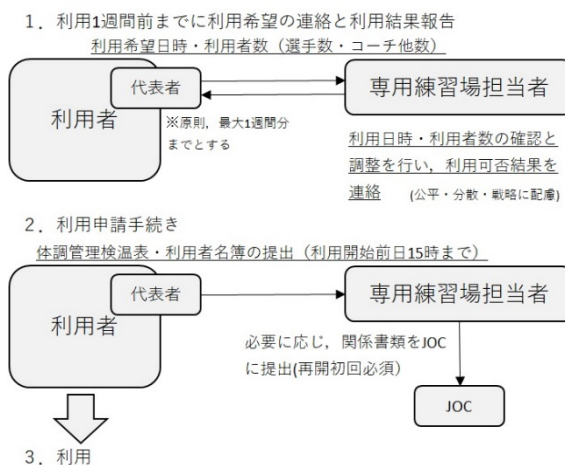
- ・多くの利用者の手で触れる機会の多い器械器具や設備（出入口のドアノブなど）、共有備品（掃除道具など）を清潔に保つ。
- ・出入口や窓を開放するなど、場内の換気など感染防止の環境を整える。
- ・同時に多くの利用者が入場しないように練習時間や練習方法を調整する。
- ・専用練習場の施設並びに器械器具の安全確認報告書を定期的に作成し、必要に応じて提出できるようにしておく。

### ■その他の留意事項

- ・利用者、利用時間、利用内容など、利用時に必ず記録しておき、必要に応じて提出できるようにしておく。
- ・本ガイドラインに沿った活動ができているか定期的に確認する。

## 2) 施設利用申請について

### ■申請フロー



左に示した申請フローに従って利用申請を行うものとする。

※書類の不備や申請期日が守られなかった場合、原則として利用できないものとする。

※利用の変更などある場合、速やかに専用練習場担当者に連絡するものとする。

### 3) 危機管理体制

感染症感染者、あるいはその疑いのある者の入場を防ぐことを徹底的に実行することになるが、万が一、感染者が出るなど緊急事態が生じた場合、次の処置をとる。

#### ■感染症関連

- ・感染者が練習場を利用したことが明らかになった場合、本会の専用練習場担当者は、速やかに利用中止を指示し、専用練習場の管轄保健所、JOC、本会事務局長に連絡する。また、練習場利用者全員に報告し、保健所の指示により、消毒や自宅待機などの処置を施す。
- ・利用者に感染者が出た場合、感染者の人権が守られるように配慮し、早期回復に向けた取り組みを促す。

#### ■その他の緊急事態

- ・地震など突発的な災害発生の場合、本会の専用練習場担当者は、速やかに利用中止を指示し、専用練習場のガイドラインやマニュアルに従って行動する。

### 3. その他

- ・本会情報医科学アンチドーピング委員会ドクター部と連携をとり、本ガイドラインの見直しをはかる。
- ・HPSCの宿泊施設の利用については別に定める。
- ・本ガイドラインの適用期間は次の更新までとする。

以上

表1 JOC等活動再開ガイドラインに基づく各Phaseの利用制限（体操競技・トランポリン）

Alert Level		A: 緊急事態宣言 (特定警戒地域)	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
トレーニングPhase		Phase1	Phase2	Phase3	Phase4	Phase5
体操競技 (NTC)	利用場 所・時間	各自、ホームまたは屋外活動 (ジョギング等)において自身 が設定する。	体操競技練習場内にて実施。 (①10:00-13:00/②14:00- 17:00) 1日につき①か②のい ずれか選択	体操競技練習場内にて実施。 (最大120分・2セッション)	体操競技練習場内にて実施。 (最大180分・2セッション)	日本体操協会ナ ショナルトレー ニングセンター 体操競技練習場 利用規程通り
	利用人数	選手1名	同時利用選手（ナショナル強化 指定選手と特別強化選手のみ） 最大男女各6名/利用選手1名につ きコーチ・スタッフ最大1名	同時利用選手（ナショナル強化 指定選手と特別強化選手のみ） 最大男女各12名/利用選手1名に つきコーチ・スタッフ最大1名	同時利用選手（ナショナル強化 指定選手・特別強化選手・ジュ ニア強化指定選手）最大男女各 25名/利用選手1名につきコー チ・スタッフ最大2名（同一所属 最大3名）	
	チェック と評価	セルフチェック (立ち上がりテスト、体組成等)	HPSC再開利用に係るメディカ ルサポート部による再開の医学 的評価	個別評価（他者との接触なし）	各所属団体評価	
トランポリ ン (JISS)	利用場 所・時間	各自、ホームまたは屋外活動 (ジョギング等)において自身 が設定する。	トランポリン練習場内にて実 施。(①10:00-13:00/②14:00- 17:00) 1日につき①か②のい ずれか選択	トランポリン練習場内にて実 施。(最大120分・2セッション)	トランポリン練習場内にて実 施。(最大180分・2セッショ ン)	日本体操協会国 立スポーツ科学 センタートラン ポリン専用練習 場利用規程通り
	利用人数	選手1名	同時利用選手（ナショナル強化 指定選手のみ）最大男女計4名/ 利用選手1名につきコーチ・ス タッフ最大1名	同時利用選手（ナショナル強化 指定選手のみ）最大男女計8名/ 利用選手1名につきコーチ・ス タッフ最大1名	同時利用選手（ナショナル強化 指定選手のみ）最大男女計14名/ 利用選手1名につきコーチ・ス タッフ最大1名	
	チェック と評価	セルフチェック (立ち上がりテスト、体組成等)	HPSC再開利用に係るメディカ ルサポート部による再開の医学 的評価	個別評価（他者との接触なし）	各所属団体評価	

※JOC,JSCにより上記利用制限の要件と異なる通達が出された場合、JOC、JSCからの通達内容を優先適用することとする。(20.07.01)

表2 JOC等活動再開ガイドラインに基づく各Phaseの利用制限（新体操）

Alert Level		A: 緊急事態宣言 (特定警戒地域)	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
トレーニングPhase		Phase1	Phase2	Phase3	Phase4	Phase5
新体操個人 (JISS)	利用場 所・時間	各自、ホームまたは屋外活動 (ジョギング等)において自身 が設定する。	なし	なし	新体操練習場内にて実施。 下記段階を各2週間実施する。 第1回(最大120分・1セッション) 第2回(最大120分・2セッション) 第3回(最大180分・2セッション)	日本体操協会国 立スポーツ科学 センター新体操 専用練習場利用 規程通り
	利用人数	選手1名	なし	なし	同時利用選手(ナショナル強化 指定選手のみ)最大3名/利用選 手1名につきコーチ・スタッフ最 大1名	
	チェック と評価	セルフチェック (立ち上がりテスト、体組成等)	なし	なし	HPSC再開利用に係るメディカ ルサポート部による再開の医学 的評価	
新体操団体 (JISS)	利用場 所・時間	各自、ホームまたは屋外活動 (ジョギング等)において自身 が設定する。	新体操練習場内にて実施。(最 大120分・1セッション)	新体操練習場内にて実施。(最 大120分・2セッション)	新体操練習場内にて実施。(最 大180分・2セッション)	日本体操協会国 立スポーツ科学 センター新体操 専用練習場利用 規程通り
	利用人数	選手1名	同時利用選手(ナショナル強化 指定選手_団体選手のみ)最大11 名/コーチ・スタッフ最大4名	同時利用選手(ナショナル強化 指定選手_団体選手のみ)最大11 名/コーチ・スタッフ最大4名	同時利用選手(ナショナル強化 指定選手_団体選手のみ)最大11 名/コーチ・スタッフ最大5名	
	チェック と評価	セルフチェック (立ち上がりテスト、体組成等)	HPSC再開利用に係るメディカ ルサポート部による再開の医学 的評価	日本体操協会新体操強化本部評 価	日本体操協会新体操強化本部評 価	

※JOC,JSCにより上記利用制限の要件と異なる通達が出された場合、JOC、JSCからの通達内容を優先適用することとする。(20.07.01)