

# 新型コロナ(COVID-19)、インフルエンザ など感染症ガイドライン

日本パラ陸上競技連盟医事委員会  
2023年10月

1. はじめに
2. 合宿
3. 国内競技会
4. 国際大会

## 1. はじめに

2023年5月8日に新型コロナウイルス(COVID-19)感染が2類から5類に移行されたことに伴い、これまでの感染者を出さない合宿および競技運営を前提とした対応から、大規模クラスターの発生を予防しつつも競技者のパフォーマンスが十分に発揮できる環境を生み出す方針へ移行する必要がある。

一方で、パラ陸上競技選手の中には、健常者スポーツの選手と異なり、既存疾患の治療のために免疫を抑制するような薬物を継続する必要がある選手もいる。また、COVID-19に関してはインフルエンザと異なり安価かつウイルス固有の特効薬が存在せず、海外では薬価が高いことから使用できない可能性がある。

COVID-19の感染経路として、飛沫感染とエアロゾル感染が主に報告されている。特に、クラスター予防の観点からはエアロゾル感染の予防を行う必要があると考える。エアロゾル感染とは、空気中をただよう微小粒子の飛沫内に含まれた病原体を吸い込むことでおこる感染である。通常のエアロゾルはすぐに乾燥し感染率が低下するが、人が密集し、湿度がこもって換気が悪い密閉環境ではウイルスが感染力を伴った状態で空気中を漂い続ける可能性が指摘されている。予防として、マスクが第一選択と言われているが、換気、空気清浄、気流制御を行うことが有効とされている。

本ガイドラインは、エアロゾル感染に留意したうえでの現時点での感染対策に対する指標を提示するものである。

## 2. 合宿

- ・マスク着用については個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることを基本とする。

- ・咳をする際には、咳エチケットにより飛沫を飛ばさないようにする。

- ・こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒。

- ・日々の体調管理の推奨(1週間前から1週間後までの体調管理)

※夏場の運動やマスクを着用して運動を行う場合、熱中症を引き起こす恐れもあるため、熱中症予防の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨する

※屋内に関しては合宿参加者の規模や期間に応じて感染防止対策としてマスクの着用が効果的であると判断される場合はマスクを使用すること。マスクを外してミーティングを行う場合は、部屋の換気を十分に行うこと。

### 【解説】

陸上競技は屋外競技であるため、屋外でのマスクは必ずしも必要はないと考える。屋内で全体ミーティングを行うときは、十分な換気を行うとともに、必要に応じマスクの着用を検討すべきである。

### 3. 国内競技会

大会全般運営に関しては日本陸連のガイダンスに準じて実施する。(競技会開催のガイダンス令和5年3月27日改訂)

競技会時のクラス分けに関しては屋内で行うため、十分に換気および手洗いをを行うなどクラスター対策を十分に行ったうえで行う。

競技会開催における基本的な感染対策

#### A. 3密回避の励行

- ・密閉空間(効果的な換気が実施されていない)
- ・密集場所(多くの人が密集している)
- ・密接場面(互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる)

#### B. 清潔な環境

- ・こまめに手洗いまたは手指の消毒を行い、手を清潔に保つ。
- ・多くの人が頻繁に触れる箇所を清潔に保つ。

#### C. マスク着用について

・個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることを基本とする。各個人のマスクの着用の判断に資するよう、感染防止対策としてマスクの着用が効果的である場面などを政府が示すように、大会の期間、規模、参加対象者に応じて、感染防止対策としてマスクの着用が効果的である場面の場合を、主催者において適切に判断すること。

・咳をする際には、咳エチケットにより飛沫を飛ばさないようにする。

※夏場の運動やマスクを着用して運動を行う場合、熱中症を引き起こす恐れもあるため、熱中症予防の観点から、屋外でマスクの必要のない場面では、マスクを外すことを推奨する。

#### D. 競技会に関わる全ての人(競技者・チーム関係者・大会/競技役員・観客・メディア・

競技場スタッフなど)への基本的な注意事項

- ・3密を避けた行動の推奨。
- ・こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒。
- ・日々の体調管理の推奨。
- ・新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスなどによる感染症罹患中および回復後十分な時間を経過していない場合に競技会へ参加しない、また競技会場において観戦しないことを周知徹底する。(註:回復後十分な時間とは、新型コロナウイルス、

インフルエンザとともに一般的に発症した後 5 日を経過し、かつ、解熱した後 2 日を経過するまでとされる)

・発熱、咳嗽等の症状がある者への参加・観戦自粛の呼びかけ。

#### E. その他

・声を出しての応援について制限はしない。

・競技会場への入場者制限について、主催者において適切に判断すること。

#### F. 大会主催者の免責事項

大会主催者の責任の範囲を明確にする

・大会主催者は競技に関わる人(競技者、審判、役員)に対して加入する保険の補償内容を明示する。

・大会主催者は競技会に関わる全ての人の感染に対するいかなる責任も負わない。

(以上:日本陸上競技連盟のガイダンス)

#### 【解説】

競技会においても、屋外での試合であるため選手においては、競技中の感染対策は強く講じる必要はない。ただし、屋内の更衣室や役員控室など部屋にいる人数や滞在時間が長い場合には、十分な換気やマスクの着用が望ましい場合がある。感染性エアロゾルの再吸入する確率は CO<sub>2</sub> が 1000ppm の時、滞在時間が約 4 分で 20%、約 11 分で 50%という報告があり、マスクをしない状況で人が密集する可能性が高い更衣に関しては速やかに行うことが望ましい。

#### 4. 国際競技会への遠征

##### A. 公共交通機関

不特定多数が換気の悪い密閉区間で長時間滞在するため、マスクの着用が望ましい。

##### B. ホテルなどの居住スペース

- ・居室空間では、十分な換気を行っていればマスクの着用は必ずしも必要はない。
- ・各パートの全体ミーティングでは参加者の規模や期間に応じて感染防止対策としてマスクの着用が効果的であると判断される場合はマスクを使用すること。マスクを外してミーティングを行う場合は、部屋の換気を十分に行うこと。
- ・他パートの選手やスタッフが交流する場合には、パート間での感染予防のためマスクをすることが望ましい。
- ・トレーナールームや医務室など、複数のパートの選手が集まる可能性のある部屋ではマスクの着用を要請する可能性がある。

##### C. 練習会場や競技会場

- ・屋外ではマスクの着用は基本的には不要である。
- ・個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることを基本とする。

##### D. 感染者への対応

- ・遠征先の国の方針に従い、隔離を行う。食事は居住スペース内でのみ行い、1日に最低2回の健康管理を行う。
- ・帯同医師派遣大会では医師が、帯同医師医師が不在の大会では、トレーナーがその大会の医事委員会担当医師と連絡をとりながら対応する。
- ・重症と判断した場合は、速やかに病院の受診を行う。

##### E. 濃厚接触者への対応

- ・基本的に遠征先の国の方針に従う。
- ・練習および競技中以外のマスク着用を義務付ける。練習中ではコーチと会話するときとソーシャルディスタンスを取って話し合うこと。
- ・食事は食事会場で摂取するが、個人で黙食とする。
- ・屋内での選手間およびスタッフと交流するときにはお互いのマスクを義務付ける。

##### F. その他

- ・ワクチン接種は重症化のリスクを低下させるため推奨する。
- ・遠征前の体調チェックは1週間とする。

- ・渡航前のPCR確認は遠征先の国の方針に従う。
- ・遠征前および遠征中の体調に関しては Atleta に記入し、医事委員会大会担当医師およびトレーナーが管理する。



## 【解説】

選手に関しては、最高のパフォーマンスを発揮してもらうために、基本的には国内大会と同様に屋外におけるマスクは不要、屋内は感染予防対策を講じた上でマスクは本人の意志に委ねるというスタンスであるが、最終的には個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることを基本とする。

スタッフにおいては、選手と同じ条件で最終的には個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断に委ねることを基本とするが、クラスター発生時に感染した選手の体調管理などの対応を行う側の人間であるため、スタッフ本人が感染者や濃厚接触者とならないように感染のリスクが少しでも高い場面では着用することが望ましい。

また、クラスターが発生したとしても、各パート内で収束するように、他パートとの交流時にはマスクの着用を推奨する。移動時など、複数の国民と密閉空間で滞在することが想定される場合は、マスクの使用を強く推奨する。