

# 参加者向けガイドライン（第2版）

関東大学女子バスケットボール連盟

新型コロナウイルスの拡大が世界的な規模で広がっています。国内では、2021年1月の2度目の緊急事態宣言発令により感染者数は減少したものの、解除後のリバウンドが懸念されています。

このような状況では日常生活の中で感染してしまうことは十分に考えられます。仮にみなさんの誰かが感染してしまったとしても、感染を広げないことが重要です。

このガイドラインは、「JBAバスケットボール事業・活動実施ガイドライン（手引き）第3版」に従って、感染を拡大させないことを目的に当連盟大会参加者向けに作成しました。ぜひ、ご一読いただき、普段からご自分や仲間を守るために、理解し、励行し、大会参加にあたっては、本ガイドライン記載事項の遵守を徹底してください。

## 大会開催について

### 1. 大会開催の判断基準

本連盟は、新型コロナウイルス感染拡大の兆候ありと判断した場合は、大会の中止について適切な判断をすることを厭いません。

判断基準は「政府、都道府県（知事や教育委員会等）、行政機関（首長や市町村教育委員会等）から発出されるイベント開催制限等により活動制限や活動停止が指示された場合および本連盟の総合的判断」とします。

### 2. 大会中止を検討しなければいけない状況

- ①感染拡大が深刻化し、大会開催が懸念される場合
- ②不可抗力（都道府県の移動制限、イベント開催制限）によりチームが大会に参加できない場合
- ③チーム事情（チーム内に感染者や濃厚接触者がでた、大学の方針で大会参加許可が降りない）により大会参加辞退・棄権が多数でた場合
- ③の場合は基本的には大会は実施、継続とします。

※尚、辞退・棄権理由については偏見、風評被害を避けるため詳細な公表は控えさせていただきます。

## 大会に参加するにあたって

本連盟は以下の場合、出場チームに対して、出場禁止、出場辞退の勧告、参加資格取り消しの措置をとることができます。

- ・大会までに陽性者の回復、濃厚接触者の隔離期間解除がなされない場合
  - ・感染者がいた出場チームに十分な回復期間が確保できない場合
  - ・出場チームに感染の疑いが生じて安全性の判明が試合当日までに間に合わない場合
  - ・大会中に出場チーム（対戦相手チームの場合もある）に濃厚接触者や感染の疑いが生じた場合※
  - ・大会中に出場チームに 37.5°C以上の発熱者およびCOVID-19を疑う症状を有する者が生じた場合
  - ・勝利して次戦がある当該チームに対して、対戦済みの相手チームに感染疑いが出た場合
- ※チーム内の選手のうち一人でも同居家族等に感染者がいて、保健所から濃厚接触者と認定された場合を含みます（詳しくはJBAガイドラインを参照してください）。

## 1. 事前対応～会場入り

### ①毎日の体調チェック、行動記録の実行とデータの管理

新型コロナウイルスに感染した場合、他の人にうつしてしまう危険性は発症 2 日前から発症 5 日後くらいまでが一番高いといわれています。発症前は当然、無症状ですが、体調のわずかな変化を感じ取り行動に移すことで感染拡大を防止することができます。

体温を毎日測り記録しておきましょう。通常の体温変化とは違う体温の上がり方をした場合、試合や練習への参加を控えましょう。また、咳、のどや頭の軽い痛み、倦怠感、味覚や臭覚の異常など比較的軽度な症状も重要なサインです。「試合や練習に行きたい」という気持ちは当然だと思いますが「勇気をもって休む」ことが自分や仲間を守るということを理解してください。

会場への往復で感染者に接触してしまうことも考えられます。往復の経路や時刻をしっかり記憶しておきましょう。

<具体的には>

- ・起床時に毎日検温し、記録する
- ・自宅出発時間、利用した交通機関、目的地到着時間など記録しておく（アプリを利用するのも有効である）

### ②手洗い（手指衛生）の徹底

以下の場面で手洗いを徹底する。手洗いは 30 秒以上行うように心がけ、可能な場合はポンプ式の液体・泡石鹸を利用する。手洗いができない場合は、アルコール等による手指消毒を徹底する。

- ・公共の場所から帰った時
- ・咳やくしゃみ、鼻を嚙んだ時

- ・食事の前後
- ・病人のケアをした時
- ・外にあるもの、不特定の人が触っているものに触れた時
- ③以下の事項に該当する場合は会場に会場しない
  - ・体調がよくない場合  
(例：発熱・咳・咽頭痛・味覚障害・臭覚障害・倦怠感・頭痛などの症状がある場合)
  - ・同居家族や身近な知人に感染の疑われる方がいる場合
  - ・過去 14 日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、地域等への渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合
- ④必需品の用意
  - ・マスク（全員必須）
  - ・消毒液
  - ・非接触体温計
- ⑤当連盟（会場含む）からの注意事項の確認および周知徹底
- ⑥移動時の注意事項
  - ・いかなる手段においてもソーシャル・ディスタンスに留意する
  - ・移動中は必ずマスクを着用し、出発・到着時には手指消毒を行う
  - ・遠征先で不特定多数との接触を避ける（外出・食事など）
- ⑦施設入場前に検温および体調チェックの実施

## 2. 会場入り～試合前／試合後～会場出

### ①手洗い・手指消毒の徹底

新型コロナウイルスは飛沫感染だといわれています。他人から直接つばを吐きかけられた、くしゃみを他人にむかってすることなどはあまりないと思います。問題は、会話の際に手指に付着したウイルスです。ウイルスの付着した手でドアノブや手すり、電車のつり革などに触ると、そこから感染拡大が発生します。

石鹸やアルコールなどで消毒した手は「清潔」です。しかし、その清潔な手を汗が染みこんだタオルでふくと「不潔」になってしまいます。できれば、備え付けのペーパータオルを使いましょう。

<具体的に手を洗うケースは>

- ・会場に到着し入館する際
- ・更衣室に入室する際
- ・練習、試合の前後など

### ②更衣室・休憩スペース使用に留意すること

更衣室を使用する前にドアノブやロッカーなど、手が触れる可能性のある場所はアルコールなどで消毒してから触るようにしましょう。

- ・更衣室、休憩スペースでの密を避け、会話を控え、滞在時間を短くする
  - ・更衣室でも可能な限りマスクを着用する
  - ・更衣室使用後には複数の利用者が触れると考えられる場所（ドアノブ、ロッカー取手、テーブル、イス等）は消毒を行う
  - ・室内の換気扇を常に回し、2つ以上のドア、窓を開放して喚起をおこなう
- ※換気をしながら更衣をするのは難しいと思います。そこで密接にならないように距離を取りながら、同時に着替えて、更衣室にいる全員が着替え終わったら、窓とドアを開けて換気をし、次の方と交代するなどの工夫をお願いします。

### ③そのほかの諸注意

- ・トイレでは便器の蓋を閉めてから汚物を流す
- ・対面での食事はしない
- ・鼻水、唾液などが付いたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、ゴミを回収する際にはマスクや手袋を着用し、脱いだ後は手洗いと手指消毒を必ず行う
- ・飲みきれなかったスポーツドリンク等を指定場所以外に捨てない
- ・会場指定の動線方向に従って移動を行う
- ・ミーティング、打ち合わせなどは必ず全員がマスクを着用し、3蜜に考慮して行う

※多人数・長時間にわたるときはリモートなどを利用して行うこと

- ・そのほか主催者側（会場含む）が示す注意事項を遵守する

## 3. 試合中／オン・ザ・コート

試合前も手を洗い、清潔な手でコートに入りましょう。タイムアウトや交代でベンチに戻った際にはまず手を消毒し、飛沫や汗をふき取ってから、水分補給をする習慣をつけてください。

### ①ベンチ内での留意点

- ・サイドライン、ベンチにおいても適切なソーシャルディスタンスを心がける
- ・試合に出場していない選手、スタッフはマスク着用の上、会話や大きな声での指示や声援を控える
- ・試合からベンチに戻る際にはベンチ最後列に着席し、呼吸を整え、水分補給をし、飛沫をぬぐう
- ・他の席に移動する場合はマスクを着用する
- ・咳エチケットを守る
- ・ボトル、ジャグタンク、クーラーボックス、タオルについては、共有しない

※タオルも持ち主以外が触らないように、ビニール袋などに入れて管理しましょう。ビニール袋の内側（タオルに触る側）はタオルの持ち主だけが触るようにしましょう。ドリンクのボトルの共有はせず、必ず個人用のボトルを使用しましょう。

### ②タイムアウト時の注意

- ・まず、体についた汗や飛沫を拭きとり、手を消毒しましょう。
  - ・密接しないように距離を置きましょう。
  - ・話すときは飛沫が人にかからないように距離や角度に工夫しましょう。
- ※必ず、水分補給をしましょう。水分補給は熱中症の予防になると同時に感染症の予防にもなります。口や咽頭に付着したウイルスは付着した状態で15分を経過すると感染を拡大するとされています。うがいや水分補給で洗い流すことで感染を予防することができます。

### ③不要な接触はさける

- ・相手チーム、審判との握手は実施しない
- ・両チームベンチへの挨拶はしない、関係者席への挨拶を行わない
- ・円陣、ハイタッチ、抱擁を行わない
- ・倒れた選手に手を貸さない
- ・コート上で会話をする際（チームメイトや審判）、距離について配慮する
- ・試合終了後にはベンチの消毒を行う

## 大会参加後について

チームが敗退し、大会が終了したからと言って全てが終わったわけではありません。新型コロナウイルス感染症は、無症状のまま感染を拡大させてしまう可能性があります。感染者が出た場合に備えて、次の2点を忘れないようにしてください。

### ①行動記録

大会参加前後、大会中のデータをチームで管理する

### ②連盟への報告

チーム内で感染者、濃厚接触者、感染の疑いがある人が出た場合は、速やかに当連盟（感染症対策チーム）に報告する

以上

### <連絡先>

関東大学女子バスケットボール連盟

Eメール：kanjyo.bsk@gmail.com

電話：03 5459 3557

2020年8月作成  
2021年4月第2版改訂