

新型コロナウイルス（COVID-19）感染対策 スポーツプログラム再開における留意点

ver2.0 2020/6/27 改訂

公益財団法人スペシャルオリンピックス日本
スポーツプログラム委員会 & スポーツウェルネスチーム



ver1.0 2020/5/23 配信

Ver2.0 2020/6/27 改訂

- ・ p.11 Q&A（よくある質問への回答） 追加
- ・ p.18 事例紹介 追加
- ・ p.24 付録 競技団体別の感染予防策、再開が「ト」ラインの一覧 追加修正





1. はじめに

国内のスペシャルオリンピックス活動は、新型コロナウイルス（COVID-19）の感染拡大に伴い、2020年2月に予定していた冬季ナショナルゲームを中止し、3月以降は日常の活動を自粛することになりました。さらに、全国的な緊急事態宣言の発出により、日常生活においても行動が制限される日々が続きました。

その中で、アスリートの運動不足や体力低下が心配されています。そこで、トレーニングを再開するにあたり、安全上の留意すべき点を本資料としてまとめました。

トレーニングを安全にかつ段階的に再開していくことで、再び、アスリートの成長する姿や勇気を表現する姿が見られることや、それを仲間と共有する時間が生まれることを期待しています。

2020年5月23日

(公財) スペシャルオリンピックス日本
スポーツプログラム委員会 & スポーツウエルネスチーム



2. スペシャルオリンピックスの使命

知的障害のある人たちに年間を通じて、オリンピック競技種目に準じた様々なスポーツトレーニングと競技の場を提供し、参加したアスリートが健康を増進し、勇気を奮い、喜びを感じ、家族や他のアスリートそして地域の人々と、才能や技能そして友情を分かち合う機会を継続的に提供すること

(スペシャルオリンピックス スポーツルール 第 I 章 総則)

内容

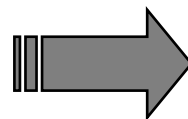
- ・ 知的障害のある人
- ・ 1年を通じて
- ・ オリンピック形式のスポーツ
- ・ トレーニングと競技会



目標と結果

- ・ 体力の向上
- ・ 勇気と楽しみ
- ・ スポーツ技術の向上
- ・ 友情・交流（家族、アスリート、地域）
- ・ 社会性の発達

適切な指導と励まし
一貫したトレーニング
同程度の技術・競技レベルの
アスリートとの競技



個人の成長
家族の絆
社会への参加

3. 感染予防のための留意点

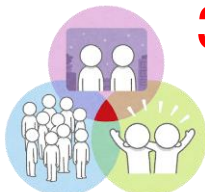
1 ルールを守る



プログラムや会場のルールを守ろう！

- ・プログラムや練習会場で決められたルールを守り、感染を予防する

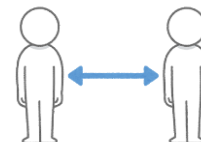
2 3密を避ける



密集、密接、密閉を避けよう！

- ・集合対面でのミーティングを控える
- ・屋内では、こまめに換気する
- ・更衣室、シャワー室の使用を控える

3 ソーシャルディスタンス



人と人の間の距離をとろう！

- ・スポーツ中も、スポーツ以外でも、2m以上の距離をとる
- ・握手やハグを控える

4 マスク着用



マスクを着用しよう！

- ・移動時などスポーツ以外の場面では、マスクを着用する
- ・咳エチケットも励行する

5 手洗い



こまめに手洗い、手指消毒をしよう！

- ・外出前後、スポーツ前後には、石鹸等を使い、手を洗う
- ・アルコール等で手指を消毒する

6 共有用具の消毒



共同で使う用具は使用後消毒しよう！

- ・アルコール(70%~)や次亜塩素酸ナトリウム(0.05%~)で消毒する
- ・コップやタオルを共同で使わない

7 日々の体調チェック



高熱、倦怠感、せき、のどの痛み

症状が出ていないか、毎日確認しよう！

- ・14日以内に症状がある場合は、コーチに伝える
- ・プログラム前も確認する(検温等)

8 基礎疾患の把握



糖尿病、心疾患、呼吸器疾患、高血圧がある場合にはコーチに伝えよう！

- ・上記疾患がある場合、必要に応じて医師にスポーツ再開を相談する

9 周囲の人の状態把握



家族や介助者等の体調不良や渡航歴を確認しよう！

- ・14日以内に、家族や介助者が該当する場合はスポーツ参加を控える

3. 感染予防のための留意点

安全対策・危機管理マニュアル作成時のポイント

①参加者、②会場、③プログラム実施中の感染予防策

- ・前頁の「感染予防のための留意点」を参考に作成してください。
- ・プログラム前、プログラム中、プログラム後の局面に分けて、ご検討ください。
- ・アスリート、コーチ、ボランティアだけでなく、送迎者（ファミリー、介助者）のプログラム中の待機についてもご検討ください。
- ・実施会場の感染予防策をホームページや電話等で確認し、作成してください。
- ・各競技団体のガイドラインも参考にしてください。（巻末 付録を参照）

④連絡体制

- ・プログラム中に体調不良者が生じた場合、プログラム後に感染が判明した場合、地区組織内、会場、関係機関、SON事務局への連絡手順を作成してください。

⑤参加者（アスリート、ファミリー、コーチ、ボランティア）、実施会場への対応

- ・感染が判明した後の参加者、実施会場への対応内容（連絡、体調の聞き取り等）と、その担当を行う方をご検討ください。

4. スポーツプログラム再開時の指導上の留意点

自粛期間中、**運動不足**によって**体格や体力が変化**していると考えられます。競技への復帰には、**段階的に取り組む**必要があります。

① 自粛期間中に起こりうる変化

- ・ 太る（体脂肪の増加）
- ・ やせる（筋肉量の低下）
- ・ 持久力の低下（心肺機能の低下）
- ・ 筋力の低下
- ・ 柔軟性の低下（可動域の低下）
- ・ 身体の動かし方、戦術を忘れる

② 再開時に懸念されること

熱中症

- ・ **ひさしぶりの運動**で起こりやすい
- ・ **肥満傾向、低体力**で起こりやすい
- ・ **暑さに慣れていない**と起こりやすい

外傷（ケガ）

- ・ **筋力低下や可動域低下**で起こりやすい
- ・ **正しい動きができない**と起こりやすい
- ・ **転倒・衝突のリスク**が平常時より高い

③ 予防策

段階的に、**運動に慣れる、暑さに慣れる、体力を回復させる**



4. スポーツプログラム再開時の指導上の留意点

ひさしぶりに、仲間に出会えるのは、とても嬉しく、楽しいことです。
しかし、自粛期間中の過ごし方は、人それぞれです。
はじめは、**焦らず、無理せず、少しずつ**取り組んでいきましょう。

強い意気込み

気持ちだけが先走り、ケガをしないように気をつけましょう。

変化や心配事の確認

自粛期間中の変化や再開時の心配事に耳を傾けましょう。

個人差を受け入れる

他人と比べず、各アスリートのレベルに合わせてみましょう。

ウォーミングアップ

身体だけでなく、心の準備運動（アイスブレイク）も取り入れましょう。

経験のあること、親しみのあることから始める

慣れ親しんだ練習や動きを取り入れていきましょう。

こまめな休息

こまめに休憩や水分補給をし、疲労回復を積極的に行いましょう。

5. 局面に応じた段階的な再開プロセス

感染の警戒レベルと、アスリートの体力状況を基に、**4つの局面**にわけて、**段階的な再開プロセス**を提案します。

段階的な再開プロセスのポイント

① 4つの局面

感染拡大状況（再流行、収束）により警戒レベルが進んだり戻ったりします。

A：緊急事態宣言、B：解除（継続して警戒）、C：再流行の心配がない

アスリートの体力状況を考慮し、**BをさらにB1とB2に分け、4つの局面**とします。

② 体力状況に応じた段階的な再開

自粛解除後に、自粛前のような激しい運動を再開するのではなく、**徐々に運動の激しさ・時間を増やして、復帰していく**必要があります。

全力を出すことが求められる競技会（記録会含む）では、体力や技術の準備ができていなければ、熱中症やケガ等の発生リスクが高くなります。

③ トレーニングの計画

次頁を参考に、各局面での運動の内容、激しさ、時間等を計画してください。



5. 局面に応じた段階的な再開プロセス

段階的局面	局面A	局面B1	局面B2	局面C
警戒レベル	レベルA 緊急事態宣言 (特定警戒地域)	レベルB 緊急事態宣言が解除されたが、警戒が必要 再流行が懸念される		レベルC 再流行の心配がない 治療法が確立した
トレーニング タイプ	自宅での運動 オンラインを利用した運動	レクリエーション (+自宅での運動)	競技に向けた基礎的 トレーニング	競技に向けた実践的 トレーニング
内容(例)	・自重負荷トレーニング ・体幹トレーニング ・ストレッチ 等	・運動遊び ・非接触型トレーニング (ドリル等) ・小グループでの チームプレー ・個人トレーニング(中強度) +左記の自宅での運動	・接触を伴うトレーニング ・チーム全体での チームプレー ・個人トレーニング(高強度) +左記のトレーニング	・接触を伴うトレーニング ・チーム全体での チームプレー ・個人トレーニング(高強度) ・試合形式の練習
運動の激しさ(上限)	-	ややきつい～きつい	きつい～非常にきつい	～非常にきつい
時間	<60分	60-90分程度	90-120分程度	120分程度
人数 (アスリート・コーチ合計)	1人 (オンライン 人数制限なし)	個人、小グループごと (およそ10人以下)	チームごと (およそ50人以下)	複数チーム合同も可
場所	自宅	屋内外スポーツ施設等	屋内外スポーツ施設等	屋内外スポーツ施設等
移動範囲・宿泊	自宅周辺	ブランチ内、地区内 宿泊不可	地区内 宿泊不可	地区をまたいでも可 宿泊可
成果発表の場	-	試合形式/記録会しない (ミニゲーム程度のみ)	紅白戦(チーム内) 記録会	競技会 (総合型大会も含む)



5. 局面に応じた段階的な再開プロセス（補足）

① 競技復帰までの期間

局面B1～B2で計1ターム（8回）以上、局面Cで1ターム（8回）以上の期間をあて、競技復帰までに十分にトレーニングを行うことを推奨します。

② 局面B1から局面B2への移行

感染状況ではなく、アスリートの体力状況やチーム内でのバランスを参考に、より激しく、専門的なトレーニングができるかを、各ヘッドコーチがご判断ください。

③ 1回あたりの時間

120分間にこだわらず、短時間から始め、徐々に増やしていくことを推奨します。

④ 自宅での運動

再開後も基礎体力の向上、外傷予防のために、継続することを推奨します。

⑤ 個人競技のトレーニング内容

内容(例)「個人トレーニング」を参考にしてください。

⑥ レクリエーション、運動遊び

日本レクリエーション協会や日本スポーツ協会等のホームページも参考になります。

子どもの体力向上ホームページ
レクリエーション・ゲーム

アクティブ・チャイルド・プログラム



6. Q&A（よくある質問への回答）

Q1.（安全対策・危機管理マニュアル作成時のポイント）

安全対策・危機管理マニュアルには、どのような項目を入れればよいか？

A1.

【安全対策】

- ・ COVID-19感染防止策（プログラム参加前の期間や参加時）
 - 主催者としての感染防止策、参加者（アスリート、パートナー、コーチ）の感染防止策、見学者（ファミリー、介助者等）の感染防止策
 - 場面：プログラム参加前の期間、当日（受付、更衣室、実施会場、解散）

【危機管理】

- ・ 連絡体制（連絡のフローチャート）
 - 連絡担当者、連絡先、連絡内容
- ・ プログラムの中止、再開の決定者、その判断基準等



6. Q&A（よくある質問への回答）

Q2.（安全対策・危機管理マニュアル作成時のポイント）

プログラム中の送迎者、見学者（ファミリー、介助者等）の過ごし方とは？

A2.

非スポーツ参加者であっても、スポーツ外の場面でアスリートと接触が密になることが予想されます。

プログラム中に送迎者、見学者（ファミリー、介助者等）が感染しない、感染させないために、次のような対策が考えられます。

- ・ マスクを装着する
- ・ ソーシャルディスタンス（2m以上）を保つ
- ・ 観覧室の利用は控えるか、換気をよくする
- ・ 待機中に、不必要な会話をしない
- ・ 大声で応援しない



6. Q&A (よくある質問への回答)

Q3. (安全対策・危機管理マニュアル作成時のポイント) 更衣室を利用してはいけないのか？

A3.

更衣室を全く利用してはいけない、というものではありません。

例えば、競泳では水着を着用することから、更衣室の使用は避けられません。

(もちろん、他のスポーツでも更衣室を使用することが考えられます。)

事前に、使用時の注意点や対応について検討しておくとい良いでしょう。

例)

- ・更衣室に入る人数を〇名までにする
- ・更衣室内では会話を控える
- ・コーチ、ファミリーで、着替えの様子を見守る
- ・通常時に見える部位（腕、ふくらはぎ、顔など）の汗のふきとりは、更衣室外で行い、更衣室での滞在時間を極力減らす など

Q4.（安全対策・危機管理マニュアル作成時のポイント） 連絡体制は、どのように作成すればよいか？

A4.

万が一、COVID-19への感染あるいはその疑いが生じた際の連絡体制について事前に決め、**参加者に説明をしておく**必要があります。

次の点を基に、連絡時のフローをご検討ください。

- ・ **感染した参加者**は、誰に連絡するか？（事務局？ヘッドコーチ？マネージャー？）
- ・ **事務局**は誰に連絡するか？（参加者？役員・委員長？保健所？会場？SON？）
- ・ 感染者と**一緒に参加した者**には、誰が連絡するか？（事務局？コーチ？ファミリー？）

また、**感染者に関する情報の中で、どの部分を共有するか**も検討してください。

（例1：保健所と相談の上、感染者が発生したことを伝える人は限定的にする。感染者名を伏せる。）

（例2：事務局には、受診日・機関名、症状、医師・保健所の所見、SO関係者との接触状況等を伝える。）

※感染者のプライバシーを守るため、感染者への偏見・差別が起きないようにするために、地区組織内で共通認識を持つことと、参加者およびそのファミリーに**事前に説明**することが大切です。



6. Q&A（よくある質問への回答）

Q5.（局面に応じた段階的な再開プロセス）

局面B1で、10名以上の参加者が予定されている場合の対応は？

A5.

人と人との間隔の空け方や時間の設定などを工夫することをお勧めします。
お互いの衝突を防ぐことと、密接による飛沫感染を防ぐことが目的です。

例1：約10名未満の小グループ（サブグループ）に分けて、**プログラムの開始時間をずらす**

例2：約10名未満の小グループ（サブグループ）に分けて、**練習と休憩のタイミングをグループ間で交互に行う**

例3：実施会場内の**練習場所を分ける**（端と端、別々のレーン等）

※実施会場と打ち合わせすることをお勧めします（特に競泳、ボウリング）



6. Q&A (よくある質問への回答)

Q6. (局面に応じた段階的な再開プロセス)

局面B1「非接触型トレーニング」、局面B2「接触を伴うトレーニング」の違いとは？

A6.

「非接触型トレーニング」 1人 or 少人数、他人と密接にならない

- ・ランニング、筋力トレーニング (自重負荷、体幹トレーニング含む)
- ・アジリティトレーニング (ラダー、Tドリル等)、スポーツリズムトレーニング
- ・バランストレーニング、ストレッチ
- ・基本動作の練習 (パス、ドリブル、ボールハンドリング、シュート、サーブ、受け身等) etc

「接触を伴うトレーニング」 複数人、他人と密接or接触する、実践的な練習

- ・特にゴール型スポーツ (バスケットボール、サッカー、フットボール) 、柔道
- ・1対1、2対2等の複数人が入り混じる (ディフェンス、スクリーンアウト等の練習)
- ・柔道の二人組での練習 (相手と組み合わせる練習等) etc



6. Q&A（よくある質問への回答）

Q7.（局面に応じた段階的な再開プロセス）

局面B1で「非接触型トレーニング」から始める理由は？

A7.

接触を伴うトレーニングの場合、バランス能力、早い判断、素早い動きなどが求められます。久しぶりの練習で自粛前のような接触を伴うトレーニングをした場合、**転倒や衝突の危険性**が高くなることが懸念されます。

ケガ予防の観点から、局面B1「非接触型トレーニング」等によって、バランス能力を徐々に回復させたり、素早い動きに徐々に慣れていくことが必要となります。また、接触を伴うトレーニングはアスリート間が密接し、**飛沫感染のリスク**もあります。再開直後（緊急事態宣言解除直後）には**感染予防の観点**からも、接触を伴うトレーニングを避けることを推奨します。

特にゴール型スポーツ（バスケットボール、サッカー、フットボール）や柔道は注意が必要です。ネット型スポーツ（バドミントン、卓球、テニス、バレーボール）やソフトボールもケガ予防の観点から「非接触型トレーニング」から再開することを推奨します。

それ以外の個人競技は、局面B1では「個人間の距離」と「運動の激しさ（始めは“ややきつめ～きつめ”を上限に）」に留意してください。



7. 事例紹介

① 体調チェックシート

再開した地区組織の中には、体調チェックシートを独自に作成・運用する所もあります。

(例)

- ・プログラム参加前14日間の体調（体温、自覚症状等）について、項目ごとに各自自宅で記入してきてもらい、当日受付時に提出してもらう。
- ・当日、会場受付時に、チェックシートに記入してもらう。
- ・ヘッドコーチ等が、個別に聞き取りをし、チェックシートに記入する。 等

感染防止の啓発と意識向上は、再開時も再開後も継続して取り組みましょう。日頃から**自分の体調を気にかける習慣**が身につくことは、COVID-19だけでなく、通常時でも、**病気やケガの予防**につながることを期待されます。



② 競技を超えたレクリエーション・プログラム

レクリエーション・プログラムから再開する地区組織もあります。屋外（広い公園など）で身体を動かすことを主にしたプログラム。競技の枠を超えて集まり、それを1グループ 10名程度に分けて、次のようなプログラムを実施します。

- ・ストレッチ、体操（自宅でもできる内容）
- ・ダンス
- ・オリエンテーリング

自粛期間に、運動不足であったアスリートにとっては、再開後は**段階的に運動に慣れること、暑さに慣れること、体力を回復させること**が重要です。局面B1では、競技に特化したトレーニングにこだわる必要はありません。例えば、競泳であっても、グラウンドでの運動から再開してもかまいません。**自宅でできる運動の確認**（復習・指導）する時間にするのも一案です。



③ オンラインでのプログラム

オンラインでのプログラムを開催している地区組織もあります。

ビデオ通話を利用し、各自の自宅にいながらも、運動を一緒に行ったり、動作（フォーム）の確認をしたりしています。

オンラインでの顔合わせや挨拶程度から始めると、参加しやすいようです。

使用しているアプリは、Zoom、Skype、LINE（グループ通話）等があります。

また、YoutubeやInstagramのライブ機能を使うこともあるようです。

自宅で運動中に事故が起きた場合の責任（保険等）の問題が予想されますので、開催に際しては地区組織と相談することをお勧めします。

プログラムの自粛を続ければ、プログラムでの感染は起こりません。

一方で、アスリートの運動不足や寂しさを長引かせることにもなります。

集合対面が難しいor躊躇する場合の代替手段として、オンラインサービスを利用したプログラムを開催することも一案です。



その他 SO以外でのお役立ち情報

※青字をクリックすると、リンクが表示されます（インターネット接続時）

（独）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

<https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/news/httpswwwjpnsportgojphpscfnathlete/tabid/696/Default.aspx>

栄養、心理、トレーニング等の情報が載っています。

- ・ [【トレーニングエクササイズ（オリ・パラ）一覧】のページ](#)
- ・ [【サーキットトレーニング】のページ](#)
- ・ [【上半身/下半身プログラム一覧】のページ](#)
- ・ [【部位/目的別プレパレーションエクササイズ一覧】のページ](#)

スポーツ庁 [子供の運動あそび応援サイト](#)

（公財）日本スポーツ協会 [アクティブ・チャイルド・プログラム](#)

（公財）日本レクリエーション協会 [子どもの体力向上ホームページ](#)

（公財）日本レクリエーション協会 [レクリエーション・ゲーム](#)



公益財団法人 スペシャルオリンピックス日本

スペシャルオリンピックス スポーツルール 第 I 章－総則（2017年7月改定版）

スポーツプログラム実施ガイドライン

ゼネラルオリエンテーション スライド（2017年改定版）

スポーツ庁

社会体育施設の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン

「安全に運動・スポーツをするポイントは？」の改正について

子供の運動あそび応援サイト（2020/5/27調べ）

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop03/list/detail/jsa_00012.html

公益財団法人 日本スポーツ協会

スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック

スポーツ活動再開時の新型コロナウイルス感染症対策と熱中症予防について

アクティブ・チャイルド・プログラム(2020/5/21調べ) <https://www.japan-sports.or.jp/Portals/0/acp/index.html>

スポーツイベントの再開に向けた感染拡大予防ガイドライン

スポーツイベント開催・実施時の感染防止策チェックリスト

公益財団法人 日本障がい者スポーツ協会

スポーツイベントの再開に向けた感染拡大予防ガイドライン

新型コロナウイルス感染症対策 トレーニング活動再開に向けた留意点第1報(修正版)

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

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（HPSC版）

独立行政法人 日本スポーツ振興センター

スポーツ事故防止ハンドブック



AUSTRALIAN INSTITUTE OF SPORT

THE AUSTRALIAN INSTITUTE OF SPORT (AIS) FRAMEWORK FOR REBOOTING SPORT IN A COVID-19 ENVIRONMENT EXECUTIVE SUMMARY

特定非営利活動法人 NSCAジャパン

不活動後の移行期にトレーニングに安全に復帰するためのCSCCaとNSCAの合同総合ガイドライン

公益財団法人 日本レクリエーション協会

子どもの体力向上ホームページ（2020/5/21調べ） https://www.recreation.or.jp/kodomo/play/play_list.php

レクリエーション・ゲーム（2020/5/21調べ） <https://www.recreation.or.jp/playing/item/>

公益財団法人 日本サッカー協会 技術委員会

新型コロナウイルス感染対策 トレーニング活動再開に向けた留意点第1報(修正版)

ワールドラグビー

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

国際柔道連盟

新型コロナウイルス流行下における安全な状況での柔道の練習再開についての推奨ガイドライン

付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
陸上競技	日本陸上競技連盟	陸上競技活動再開のガイドライン策定のお知らせ	https://www.jaaf.or.jp/news/article/13857/
バドミントン	日本バドミントン協会	新型コロナウイルス関連ガイドライン等	https://www.badminton.or.jp/covid-19_1/index.html
バスケットボール	日本バスケットボール協会	<p>新型コロナウイルス感染症拡大への対応・対策に基づいたチーム活動について(要請) (2020年4月17日時点)</p> <p>【重要】新型コロナウイルス感染症に関するバスケットボール活動再開ガイドライン策定のお知らせ (6/22: Q & A 追記)</p> <p>JBA バスケットボール活動再開に向けたガイドライン</p> <p>活動再開ガイドラインの手引き</p> <p>Q & A (6/22追記)</p>	<p>http://www.japanbasketball.jp/news/54495</p> <p>http://www.japanbasketball.jp/news/55909</p> <p>http://www.japanbasketball.jp/wp-content/uploads/JBA_Guideine_20200608.pdf</p> <p>http://www.japanbasketball.jp/wp-content/uploads/JBA_Guideline_tebiki_20200608.pdf</p> <p>http://www.japanbasketball.jp/wp-content/uploads/Guidelines_FAQ_20200619.pdf</p>
ボッチャ (SOボッチャ)	SOI	-	-



付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
ボウリング	全日本ボウリング協会 (日本ボウリング場協会)	新型コロナウイルス感染症 予防策ガイドライン (2020年6月17日更新) 新型コロナウイルス感染症 対策(公社)日本ボウリング 場協会ガイドライン	http://www.jbc-bowling.or.jp/wp-content/uploads/2020/06/626113b582030c7c9df032d040f8641a.pdf https://bowling.or.jp/pdf/top/guideline_0527.pdf
自転車	日本自転車競技連盟	自転車を愛するみなさまへ	https://jcf.or.jp/%e8%87%aa%e8%bb%a2%e8%bb%8a%e3%82%92%e6%84%9b%e3%81%99%e3%82%8b%e3%81%bf%e3%81%aa%e3%81%95%e3%81%be%e3%81%b8/?category=road
馬術	日本馬術連盟	-	-



付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
サッカー (フットボール)	日本サッカー協会	新型コロナウイルス対策_トレーニング活動再開に向けた留意点(第1報)	https://www.jfa.jp/attachment/5ec1da31-fa80-4fb5-a8ac-0956d3093d95/%E6%96%B0%E5%9E%8B%E3%82%B3%E3%83%AD%E3%83%8A%E3%82%A6%E3%82%A4%E3%83%AB%E3%82%B9%E5%AF%BE%E7%AD%96%E3%83%88%E3%83%AC%E3%83%BC%E3%83%8B%E3%83%B3%E3%82%B0%E6%B4%BB%E5%8B%95%E5%86%8D%E9%96%8B%E3%81%AB%E5%90%91%E3%81%91%E3%81%9F%E7%95%99%E6%84%8F%E7%82%B9(%E7%AC%AC1%E5%A0%B1%E4%BF%AE%E6%AD%A3%E7%89%88).pdf
	日本プロサッカーリーグ	サッカー活動の再開に向けたガイドライン サッカー活動再開に向けたフィジカルガイドライン Jリーグ 新型コロナウイルス感染症対応ガイドライン	https://www.jfa.jp/about_jfa/guideline.html https://www.jfa.jp/coach/physical_project/guidelines_resuming_activities.html https://www.jleague.jp/img/pdf/2020_0612_17179.pdf

付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
ゴルフ	日本ゴルフ協会	ゴルフプレーに関する新型コロナウイルスに対する措置のガイダンス(参考) R&A 新型コロナウイルス感染拡大のための活動制限の下での UK のゴルフ(参考) Protecting Golfers and Course Staff Amid Coronavirus Outbreak	http://www.jga.or.jp/jga/jsp/jga_news/news_detail_17145.html http://www.jga.or.jp/jga/html/jga_data/01JGA_NEWS/2020_JGA/R&A_COVID19 http://www.jga.or.jp/jga/html/jga_data/01JGA_NEWS/2020_JGA/NGF_COVID19
	日本ゴルフ場経営者協会	ゴルフ場業界としての「新型コロナウイルス感染症」感染拡大防止ガイドライン	http://www.golf-ngk.or.jp/news/2020/corona/golfcoronaguideline.pdf
	ゴルフ関連5団体新型コロナウイルス対策会議	日本国内プロゴルフトーナメントにおける新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン (5月26日改訂) 日本国内の小規模ゴルフイベント (非興行型のアマチュアイベントやプロも参加する予選会を含む) における新型コロナウイルス感染症に対する具体的な運用事例 日本国内の小規模ゴルフ競技 (非興行型のアマチュアイベントやプロも参加する小規模予選会を含む) における新型コロナウイルス感染症対策	http://www.jga.or.jp/jga/html/jga_data/02KYOUGI_NEWS/2020_KYOUGI/covid19_6.pdf http://www.jga.or.jp/jga/html/jga_data/02KYOUGI_NEWS/2020_KYOUGI/ama_covid19_unyojirei.pdf http://www.jga.or.jp/jga/html/jga_data/02KYOUGI_NEWS/2020_KYOUGI/ama_covid19_guideline.pdf



付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
柔道	全日本柔道連盟	<p>新型コロナウイルス感染症関連 (6月18日更新)</p> <p>新型コロナウイルス流行下における安全な状況での柔道の練習再開についての推奨ガイドライン</p> <p>新型コロナウイルス感染症対策と柔道練習・試合再開の指針20200618[pdf]</p> <p>【通知】新型コロナウイルス感染症(covid-19)への対応について20200603[pdf]</p> <p>段階的練習試合再開20200602[pdf]</p>	<p>https://www.judo.or.jp/p/52183</p> <p>https://www.judo.or.jp/wp-content/uploads/2020/05/10fe22897b3925084f0fb8401e509c77.pdf</p> <p>https://www.judo.or.jp/wp-content/uploads/2020/06/b3327f6e45e196867a394c27f1bcdd0e.pdf</p> <p>https://www.judo.or.jp/wp-content/uploads/2020/06/51bb0400f61c53f7f7cdc289cb0fc10.pdf</p> <p>https://www.judo.or.jp/wp-content/uploads/2020/06/3fa04f50ead9b2bf877d9813adaa08c4.pdf</p>
体操競技	日本体操協会	<p>新型コロナウイルス感染症に対する取り組みについて</p> <p>新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に係る感染対策のあり方について</p> <p>体操活動における感染拡大予防ガイドライン</p>	<p>https://www.jpn-gym.or.jp/wp-content/uploads/2020/04/20200427_request_JGA.pdf</p> <p>https://www.jpn-gym.or.jp/wp-content/uploads/2020/04/20200401_info_JGA.pdf</p> <p>https://www.jpn-gym.or.jp/wp-content/uploads/2020/05/JGA_GYM_COVID_19_Guideline1.pdf</p>
ソフトボール	日本ソフトボール協会	<p>新型コロナウイルス(COVID-19)におけるソフトボール活動の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン</p>	<p>http://www.softball.or.jp/announcement/pdf/guidelines_coronavirus20200617.pdf</p>



付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
競泳	日本水泳連盟	水中トレーニング再開に向けたコンディショニングガイド	https://www.swim.or.jp/upfiles/1590476956-01.pdf
		水泳競技会の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン	https://www.swim.or.jp/upfiles/1592473793-%E6%B0%B4%E6%B3%B3%E7%AB%B6%E6%8A%80%E4%BC%9A%E5%86%8D%E9%96%8B%E3%81%AB%E5%90%91%E3%81%91%E3%81%9F%E6%84%9F%E6%9F%93%E6%8B%A1%E5%A4%A7%E4%BA%88%E9%98%B2%E3%82%AC%E3%82%A4%E3%83%89%E3%83%A9%E3%82%A4%E3%83%B30615.pdf
	トレーニング再開時の心構えと注意点	https://www.swim.or.jp/upfiles/1592092903-%E3%83%88%E3%83%AC%E3%83%BC%E3%83%8B%E3%83%B3%E3%82%B0%E5%86%8D%E9%96%8B%E3%81%AB%E3%81%82%E3%81%9F%E3%81%A3%E3%81%A6.pdf	
	(日本スイミングクラブ協会)	水泳活動におけるCOVID-19対策の留意点について	https://www.swim.or.jp/upfiles/1592301892-%E6%B0%B4%E6%B3%B3%E6%B4%BB%E5%8B%95%E3%81%A7%E3%81%AEC OVID-19%E5%AF%BE%E7%AD%96%E3%81%AE%E7%95%99%E6%84%8F%E7%82%B90616.pdf
		スイミングクラブにおける新型コロナウイルス感染拡大予防のためのガイドライン	http://www.sc-net.or.jp/

付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
卓球	日本卓球協会	卓球練習場での感染予防について ガイドライン日本卓球協会における新型コロナウイルス感染症対策（2020年6月9日版）	http://www.jtta.or.jp/Portals/0/images/tournament/Nationals/2020_pdf/20200304_info.pdf http://www.jtta.or.jp/Portals/0/images/association/guidelines/20200530_NTCguideline.pdf.pdf
テニス	日本テニス協会 日本テニス事業協会	安全・安心テニスの心得 テニスゲームの始めと終わりの「あくしゅ」について 新型コロナウイルス感染症対策 ガイドライン について	https://www.jta-tennis.or.jp/Portals/0/resources/information/integrity/pdf/jta-011-j.pdf https://www.jta-tennis.or.jp/Portals/0/resources/news/20200412_fairplay.pdf https://www.jtia-tennis.com/covid19_tennis_guidelin_ver2.pdf
バレーボール	日本バレーボール協会	バレーボール競技に関わる大会等再開時のガイドライン 感染防止策チェックリスト	https://www.jva.or.jp/topics/uploads/2684/79b7bbac51a149d1679022abc7929d49.pdf https://www.jva.or.jp/topics/uploads/2684/dd1f8497a1b1cfb6b1cac5ca9adadea5.pdf
フライングディスク	日本フライングディスク協会	フライングディスク競技における新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン vol.1	https://www.jfda.or.jp/web/wp/wp-content/uploads/2020/06/ee357bdf360a48c8270817449b6ed3f7.pdf
雪上競技	全日本スキー連盟	-	-

付録 競技団体別の感染予防策、再開ガイドラインの一覧

(各団体ホームページ 2020/6/24現在)

競技	競技団体	ガイドライン等	URL
氷上競技	日本スケート連盟	新型コロナウイルス感染拡大に伴う選手・関係者の体調不良時の対応について 新型コロナウイルス関連肺炎について 日本スケート連盟におけるスポーツ活動再開ガイドラインの各フェーズの考え方	https://skatingjapan.or.jp/common/img/info/20200402_coronavirus_measures.pdf https://skatingjapan.or.jp/common/img/info/20200207_coronavirus_information.pdf https://www.skatingjapan.or.jp/common/img/info/StylesByPhase_JSJF_200610.pdf
フロアホッケー	SOI/日本アイスホッケー連盟 国際アイスホッケー連盟	- 安全にアイスホッケー活動に戻るためのロードマップ	- https://www.jihf.or.jp/image_data/RULE/45_1.pdf