

# 関東理工科科大学硬式庭球部連盟

## 新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン

幹事長 會田拓海

本ガイドラインは、JTA 医事委員会の監修を受けた関東学生テニス連盟のガイドラインもとに作成されています。

### 新型コロナウイルス感染の予防策

#### ① 新型コロナウイルス感染症の感染経路について

飛沫感染、接触感染の2つの経路で感染されます。

飛沫感染：くしゃみや咳、つばなどと一緒にウイルスが放出され、そのウイルスを口や鼻などから吸入することにより感染が生じます。近距離での多くの人との会話をするなどといった環境では感染の拡大につながる可能性があります。

接触感染：感染者の咳やくしゃみからでたウイルスに触ってしまい、触れた手のまま口や鼻を触ることで粘膜から感染します。物についたウイルスは数日間付着している場合もあります。

#### ② 一般的な予防方法

- (1)3密(密閉、密集、密接)を避ける行動をする
- (2)手洗いと咳エチケット
- (3)外出中には口・鼻・目に不用意に触れない

以上の3つを日常生活の中から心がけてください。

#### ③ 健康チェックシート

(1)体調測定:起床後に体温記録。他にも倦怠感、咳、咽頭痛、食欲低下の有無、睡眠時間を記録。

(2)各大学のデータは、各大学の責任者が管理するようにしてください。

⑤毎日の行動記録：各自、食事や外出した時の場所・同行者などを記録万が一感染者が出た場合、また濃厚接触者が出た時に、どの範囲で自主隔離をするのかを正確に判断するために毎日の行動記録が必要になります。練習、買い物、会食、感染リスクがある行動を誰と実施したか、といった観点で、毎日メモを確実に記録してください。書きにくいことにつきましては、場所

と時間だけなどでも構いませんが、極力詳細に書くようにしてください。

## 個人戦での対策

### ① 会場内の注意点

社会的距離を保って下さい(2m、最低でも 1m)。

マスクを着用して下さい。

体調が優れない(発熱、咽頭痛、倦怠感など)方は会場に来るのを見合わせてください。

下記に当てはまる人も入場制限とします。

- ・新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触した場合
- ・同居家族や身近な知人に感染が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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

### ② 試合中に気を付けること

コートに入れる人数を制限します。

自分のものは極力他の人に触らせない、置きっぱなしにしないでください。

トイレなども利用者が多くならないように配慮する、待つ時も距離を取ってください。

ハイタッチ、抱擁、握手などの接触は避ける様をお願いします。

タオルは手で持つ方と、顔を拭く面を使い分けると感染のリスクを抑えられます。

プレイに必要なものには極力触らないようにお願いします。

ポイント間是对戦相手、ダブルスのペアとの距離もある程度確保すること。

## 新型コロナウイルスの感染者が出た時の対応

### (1)発熱等の風邪のような症状が出た場合(以下の症状)

各都道府県の帰国者・接触相談センター(保健所)に電話相談をしてください。その後の対応については保健所の指示に従うようにお願いします。

- ・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
- ・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

(※)糖尿病、心不全、呼吸器疾患(COPD 等)等の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方

・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日以上続く場合は必ずご相談ください。症状には個人差がありますので、強い症状と思う場合にはすぐに相談してください。解熱剤などを飲み続けなければならない方も同様です。)

#### (2) 濃厚接触者になった場合

濃厚接触者となった場合は、自宅待機（外出制限、健康観察）などとし、症状が出た場合は保健所に相談して下さい。また、新型コロナウイルス感染者が出た時の為に、毎日の行動記録は必ず取るようにして下さい。

#### (3) 連盟に報告

試合期間中及び試合期間前後2週間に新型コロナウイルス感染と診断された、濃厚接触者と認定された場合は下記のメールアドレスに必ず連絡ください。

[rikou.reiwa3@gmail.com](mailto:rikou.reiwa3@gmail.com)

その後（最寄りの）保健所に連絡をして開催判断の可否をあおぎ、JTA 公式テニストーナメント開催ガイドライン(20210309 改訂)(4)その他の留意事項、に基づく対応を行います。