



北海道のトランポリン活動における感染拡大予防ガイドライン (北海道スタイル)

北海道トランポリン協会

はじめに

本ガイドラインは、スポーツ庁ガイドラインに基づき、公益財団法人日本体操協会が2020年6月2日に示した「体操活動における感染拡大予防ガイドライン」を参考にして、北海道のトランポリン活動におけるガイドラインをここに示すもので、各団体におかれては本ガイドラインに従って活動を行っていただくとともに、北海道スタイルを念頭に各種活動において感染症拡大防止に向けて関係者が一致協力して取り組むようお願いいたします。

なお、日々、多くの公的機関から新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に関する最新情報が更新されておりますので、今後の知見の集積及び各地域の感染状況を踏まえて、状況により逐次改定することをご承知おきください。

【目次】

1. トランポリン活動の特性と感染リスクについて
2. トランポリン活動における留意点
 - 1) 利用者が取り組むこと
 - 2) 活動場所の管理者（担当者）が取り組むこと
 - 3) 活動場所利用管理について
3. 危機管理体制
 - 1) 感染症関連
 - 2) その他の緊急事態
4. その他
5. 関連情報

1. トランポリン活動の特性と感染リスクについて

トランポリン競技は、トランポリンを使い、異なる10跳躍技で構成する演技を行い、演技の難度、演技の習得度、跳躍高さ及びトランポリン上の移動量の少なさを競い合うスポーツです。演技は中断することなく行わなければならない高い集中力と調整力が必要となります。

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、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。

トランポリン活動は、跳躍が中心となりますが、跳躍の際にはトランポリン1台につき1人が行うため、トランポリン上においては基本的に「3密を避ける」「身体的距離の確保」「他者との接触を避ける」ことが可能ですが、段階練習状況によっては指導員がトランポリン上で補助につく場合があり、近接せざる得ない状況も発生します。



また、跳躍者の転落防止のためトランポリン周囲に配置するスポッターは、常に跳躍者を注視しており、跳躍者の高い位置から吐き出す呼気による飛沫感染のリスクがあります。

したがって、これらのリスクを回避するため感染症予防対策の在り方を明確に定めて周知し、対策に従った活動を行うことが重要です。リスク回避対策を行えば、「個人が体を操る」ことが基本となっているスポーツですので、その特性を理解し、準備運動時、練習待機時等及び使用器具の消毒等について徹底した感染拡大防止策を施し、関係各所の理解が得られていれば、その活動は可能であると考えます。

無論、国、都道府県や各自治体、中央競技団体の方針に従うことが大前提となり、これらの方針や要請に関しては、それに従うことは絶対です。

2. トランポリン活動における留意点

トランポリン活動は、1台につき1人が跳躍するため、複数の者が交互に器械器具を使うこととなります。いくつかの指針では、器械器具を利用した後に都度消毒することが奨励されていますが、例えばトランポリンベッドやパッド、エバーマットなどを利用者が使用した後に都度消毒することはその活動において非効率であり、安全な利用に支障をきたす可能性が出てくると考えられます。そのため、トランポリン活動においては、器械器具を1人が跳躍する度に都度消毒するのではなく、利用者から感染者や感染の疑いのある者を可能な限り排除することに主眼を置き、利用する前の利用者の消毒を徹底することを感染拡大防止策の柱とすることとします。

なお、下記に示す利用者とは、選手のみならず指導者や審判員など、公益財団法人 日本体操協会、北海道体操連盟、北海道トランポリン協会及び北海道各地区の体操・トランポリン活動関連協会等に登録するトランポリン活動関係者全員となります。

1) 利用者が取り組むこと

a) 利用前の留意事項

- ①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「JGA 体調管理検温表」等を活用して記録しておく。（参考 <https://www.jpn-gym.or.jp/news/29387/>）
- ②利用者は、利用2週間前からの「JGA 体調管理検温表」のデータと利用のために必要な書類等を準備する。
- ③利用者は、以下の事項に該当する場合は、自主的に利用を見合わせること。
 - ア 体調が良くないと感じている場合（例：発熱・咳・咽頭痛・倦怠感・疲労感・嗅覚や味覚の異常等の症状がある場合）
 - イ 現在は体調が良くても、過去2週間以内に体調が良くないと感じたことがあった場合で、次の確認が出来ていない場合
 - (ア) 症状発症後、9日以内にPCR検査を受け陰性確認が取れている。
 - (イ) 症状発症2日目から9日目以内に抗原検査を受け陰性確認が取れている。



ウ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

エ 国内において、過去2週間以内に感染者及び感染が疑われる者（感染者と濃厚接触した者）との濃厚接触があった若しくは疑われる場合

○感染者等との濃厚接触の目安は、以下の通りとする。

- ・感染者等と同居、直接接触があった場合
- ・感染者等と長時間の接触があった場合（例：密閉された室内で作業、会議等行う。30分以上に渡って車内、航空機内等に同乗等）
- ・手で触れることのできる距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策無しで、感染者等と15分以上の接触があった場合（例：飲食中のマスクなし会話等）
- ・感染者等の咳、くしゃみのしぶき、鼻水などの体液に触れた可能性が高い場合

オ 利用者（参加者）または同居する者が、過去2週間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った若しくは疑われる場合

カ 自らが、感染が疑われるような状況下にあったと判断した場合（例：居住地域等で相当数の感染者が発生し、感染者と接触している可能性が高い等）

- ④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。
- ⑤利用者は、手洗い等に使用するマイタオルを必ず持参する。
- ⑥利用者は、必要に応じて消毒液を散布する霧吹きを持参する。

b) 活動場所（練習場等）利用時の留意事項

- ①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。
- ②更衣室など狭い空間を使用する場合は、室内の状況を確認し、十分なスペースが取れないと判断した場合は、室内に入らず待機する。
- ③休憩スペース等は、極力使用しないこととする。
- ④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。
- ⑤利用者は、3つの密を作らないように努め、活動場所の換気に気を配り、利用者間の近接した会話や不要な接触を避ける。
- ⑥セッティング、カッティング等を行う場合は、接触等しないよう注意する。
- ⑦選手以外のコーチ、スタッフ等は指導中マスクを着用する。
- ⑧選手は、待機中マスクを着用する。
- ⑨スポッターは、マスク着用だけでなく、できるだけフェイスシールド等を使用して飛沫感染のリスクを低減する。
- ⑩競技備品（炭酸マグネシウム等も含む）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。



c) 利用後の留意事項

- ①使用した器具は、すべて消毒する。
- ②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。
- ③利用者は、持ち込み品（ごみを含む）を持ち帰り、その衛生管理を徹底する。

d) その他の留意事項

- ①活動場所への移動手段：感染リスクが高い移動手段を利用しないこととする。
- ②活動場所内の移動：活動場所と必要なエリア（フロア・トイレ・通路など）以外の移動を控える。
- ③活動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。
- ④活動場所入館に際しては、その入館のルール（検温や本人確認）に従う。
- ⑤利用に関する情報管理（SNS・取材）については活動場所の管理者、利用責任者側の判断で決めておく。
- ⑥活動場所で何らかの問題が発生した場合、把握した者はすみやかに同時利用者へ周知する。

2) 活動場所の管理者（担当者）が取り組むこと

a) 利用者の健康管理

- ①利用者による「JGA 体調管理検温表」等の記録を徹底させる。
- ②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。
- ③利用者に対し、感染症防止に関する最新情報の提供に努める。

b) 活動場所、利用方法の管理

- ①多くの利用者の手で触れる機会の多いパットは利用時定期的に消毒する。（例：30分ごとなど時間を決める。10人の乗降があった場合など人数を決める。）
- ②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。
- ③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。
- ④空気清浄機器、ウイルス除去装置、効果的な換気装置等の機器の設置等に積極的に取り組む。
- ⑤同時に多くの利用者が入場しないように活動時間や活動方法を調整する。
- ⑥活動場所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。

c) その他の留意事項

- ①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。



- ②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。
- ③「2. トランポリン活動における留意点」で示した利用者に該当しない一般者の利用がある場合、その活動場所の管理者（担当者）は利用する一般者の体調確認、マスク着用、消毒等について利用者と同様の措置を求め、管理を行うこととする。

3) 施設管理者が準備等すべき事項

スポーツ庁ガイドライン「2. (4) 施設管理者が準備等すべき事項」に示されている内容を必ず確認する。なお、活動場所の状況に合わせた確認事項を整理し、関係者と情報共有しておく。また、活動場所を利用する申込方法、利用者の選定、利用者責任者との連絡方法、利用履歴などを記録し、必要に応じて提出できるようにしておく。

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。また、緊急事態時の連絡体制を明確に確立しておく。

1) 感染症関連

- ①感染者が活動場所を利用したことが明らかになった場合、活動場所の管理者（担当者）は、速やかに利用中止を指示し、施設管理者、活動場所の管轄保健所、本会事務局長、関連する団体責任者（本会所属団体）に連絡する。また、活動場所利用者全員に報告し、保健所の指示を受け、検査、消毒及び自宅待機などの処置を施す。
- ②利用者等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。

2) その他の緊急事態

地震など突発的な災害発生の場合、活動場所の管理者（担当者）は、速やかに利用中止を指示し、練習場及び競技会場のマニュアルに従って行動する。

4. その他

- ①必要の都度、本会理事会にて、本ガイドラインの見直しを図る。
- ②本ガイドラインの適用期間は次の更新版が適用されるまでとする。

5. 関連情報

- ・文部科学省 スポーツ文化に関する情報

https://www.mext.go.jp/a_menu/coronavirus/mext_00019.html

- ・スポーツ庁 新型コロナウイルス感染対策スポーツ・運動の留意点と、運動事例について

https://www.mext.go.jp/sports/b_menu/sports/mcatetop05/jsa_00010.html

- ・内閣官房ホームページ（新型コロナウイルス感染症対策）



<https://corona.go.jp/>

- ・日本スポーツ協会 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

<https://www.japan-sports.or.jp/news/tabid92.html?itemid=4164>

- ・日本体操協会 体操活動における感染拡大予防ガイドライン公開

<https://www.jpn-gym.or.jp/news/29487/>

- ・北海道スタイルについて

<http://www.pref.hokkaido.lg.jp/kz/kks/newhokkaidostyle.htm>

- ・北海道トランポリン協会 ホームページ

<http://hokkaido-trampoline.com/>