

新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン

【全国武道指導者研修会】



※本ガイドラインは、上記事業の運営にあたり、主催者として必要な事項を2021年5月24日時点で得られている知見等に基づき作成しており、今後の状況により逐次見直すことがあり得る。

主催者が対応すべき事項

全般的な事項

- 感染防止のため、『主催者が対応すべき事項』や『講師・参加者が遵守すべき事項』をあらかじめ整理し、チェックリスト化したものを適切な場所に掲示したり、印刷物にして配布する等、周知を図ること。
- 各事項が遵守されているか、道場や研修室、食堂、ロビー、トイレ、浴室等の各施設を定期的に巡回して確認すること。
- 高齢者の参加者がいる場合には、体調面に特に配慮すること。
- 研修会前後での懇親会等の開催は控えるよう、講師・参加者に周知すること。
- 研修会等の実施期間中に、体調がすぐれない者や感染の疑いがある者がいる場合の対応方針を、講師や運営事務局が把握しておくこと。
- 万一、感染が発生した場合に備え、講師承諾書や参加申込書、学生名簿、検温チェック表、体調伺書等について、保存期間（少なくとも1箇月以上）を定めて保存すること。合わせてその旨を周知すること。
- 研修会等実施後に発症確認の報告があった場合や、地域の生活圏において感染拡大の可能性が報告された場合の対応方針について、施設の立地する自治体の衛生部局とあらかじめ検討しておくこと。
- 感染リスクが高まる「3密（密閉空間・密集場所・密接場面）」を避け、「5つの場面」に注意すること（12ページ参照）。

募集時の対応

- 三密を避けた講義や実技、また宿泊部屋の人数制限を設けるため、下記の点に留意して内容や募集定員を見直すこと。
 - 講義や実技においては、少人数の班編成や、大きな会場に変更する等、三密を避けた内容とし、合わせて各武道団体が作成する感染症防止対策と照らし合わせて検討すること。なお、班編成は、できるだけ全期間を通じて固定し、感染防止に努めること。
 - 補助学生については、感染防止の観点からできる限り派遣を見合わせること。
 - 参加条件として、「基礎疾患を有している者は、あらかじめ主治医の了解を得ること」とすること。
 - 宿泊施設等で定めた『利用者受け入れ対応マニュアル等』に則り検討すること。
 - 【日本武道館研修センターを使用する場合】
 - ・1部屋1名とする（36部屋）。
 - ・入浴は時差入浴とする（男子10名、女子4名）。
 - ・ビュッフェ形式及び対面仕様での食事の提供は行わない。
 - ・宿泊を伴わない者への食事の提供は行わない。
 - ・懇親会は実施しない など
- 要項に以下の内容を明記すること。
 - 風呂・トイレは共用であること（各部屋に備え付けの場合は除く）。
 - マスク、室内履き（スリッパなど）、体温計（必須）を持参すること。
 - 開催決定・参加確定・開催中止となった場合の連絡方法や期日。
 - 航空券・旅券の手配は、参加が確定次第手配すること（キャンセル料が発生する可能性があるため）。
 - 参加条件は、「基礎疾患を有している者は、あらかじめ主治医の了解を得ること」とすること。
- 参加者募集及び講師依頼時に、以下の内容を明記した感染予防対策を作成して周知すること。合わせて、各武道団体が作成する感染症予防対策も合わせて周知すること。
 - 研修会当日
 - ・講師・参加者・運営事務局は、マスクの着用を徹底する。
 - ・会場にアルコール等の手指消毒液等を準備する。
 - ・人と人との間隔を空け（できるだけ2mを目安に（最低1m））、講義・実技を実施する。
 - ・研修会等の実施期間中は、大きな声で会話をしないようにする。
 - 以下の項目に該当する講師・参加者・運営事務局は、参加を見合わせること。

- ・体調がすぐれない（せき、のどの痛み、平熱を超える発熱など）。
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる。
- ・研修会等の初日から過去 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。

○平熱の確認・連絡

各自、平熱を確認しておくこと。特に平熱が高い（37 度以上）、低い（35.5 度以下）などの場合には、申込書に記入の上、あらかじめ運営事務局に連絡をすること。

※体温には個人差があり、年齢や測定の状態（運動、時間、気温、食事、睡眠、女性の性周期、感情など）によって変動するため、1 日の 4 つの時間帯（起床時、午前、午後、夜）ごとの平熱を確認しておくこと。また、検温は、体調の良いときに 1 日だけでなく、日をあけて何日間か、食前や食間（食後すぐを避ける）に行うと良い。

○研修会終了後

- ・講師・参加者・運営事務局の中で、研修会終了後、2 週間以内に新型コロナウイルスを発症した場合は、主催者に速やかに濃厚接触者の有無等について報告すること。

○その他

- ・感染防止のために主催者、施設管理者が決めたその他の措置の遵守、施設管理者の指示に従うこと。
- ・各武道団体が定める感染防止対策を遵守すること。

最終連絡文送付時の対応

□宿泊を伴う講師・参加者・運営事務局は、研修会等の初日からさかのぼり、7 日前から検温（朝・夕）の実施（以下、「検温記入表」）を依頼すること。合わせて、下記の事項を記載した書面（以下、「体調伺書」）を送付して、検温記入表と共に研修会等の初日に提出を求めること（宿泊を伴わない一部の講師等は、研修会等の当日、運営事務局で検温を実施するため、事前の検温は不要）。

○氏名、年齢

○研修会等当日（初日）の体温

○利用前 2 週間における以下の事項の有無

- ・平熱を超える発熱
- ・せき、のどの痛み等、風邪の症状
- ・だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）
- ・嗅覚や味覚の異常
- ・体が重く感じる、疲れやすい等
- ・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の有無
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる者がいる場合
- ・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

□研修会等実施期間中も検温を行うため、各自、体温計の持参を依頼すること。

□厚生労働省から提供されている、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や各地域で取り組まれている通知サービスの活用を推奨すること。

（※）COCOA を入れている場合は、電源を入れたうえ、Bluetooth を有効にすること。

準備すべき事項

□研修会等の実施期間中全般

○宿泊施設内（入浴及び飲食時除く）、研修室、道場では、マスクの着用を呼びかけること。ただし、マスクを着用して稽古や運動を行った場合、十分な呼吸ができず、人体に悪影響を及ぼす可能性があることや、熱放散が妨げられることで熱中症のリスクが高くなることを周知するとともに、息苦しさを感じた時は、すぐにマスクを外すことや休憩を取るなど、無理をしないことについても周知すること。また、マスクを外す際は、会話を控えて咳エチケットの徹底を促すこと。これらも踏まえ、稽古や運動中の感染防止

対策については、各武道団体の定めに従うこと。

- 研修会等実施期間中に、感染が疑われる症状（発熱や呼吸困難、けん怠感等）が表れた場合には、速やかに講師や運営事務局等に相談するように呼びかけること。その際の対応は、事前に運営事務局と各武道団体、施設管理者と協議の上、対応者を決めておくこと（夜中の対応も考えられるので、担当者の部屋番号を周知しておくこと）。

【日本武道館研修センターにおける夜間対応手順】

- ①感染の疑いがある講師・参加者が、自室から研修センターへ電話連絡（宿直担当者対応）。
- ②宿直担当者から、振興課担当職員へ連絡。
- ③振興課担当者から、振興課長へ連絡。
- ④振興課長から研修センター室長（状況によって、事務局長）へ連絡。

□施設入り口（フロント含む）

- アルコール等の手指消毒液を用意すること。
- フロントには、必要に応じてアクリル板や透明ビニールカーテン等で遮蔽すること。
- 金銭の授受は、トレイを使用する等、直接相手の手に触れないように心がけること。

□ロビー、待機スペース、更衣室

- 他の参加者等と密になることを避けるため、ゆとりを持たせた広さを確保すること。それが難しい場合には、人数制限を行う等の措置を講じること。
- 複数の者が触れると考えられる場所（テーブル・椅子・自動販売機等）は、こまめに消毒すること。
- 換気扇を常に回す、もしくは窓や扉を開ける等、外気を取り入れて換気に配慮すること。
- ロビーや待機スペースなど、指定された場所以外での飲食は禁止すること。

□道場（実技）※借用施設の場合には、借用先の感染防止対策も事前に確認すること

- 入口にアルコール等の手指消毒液を用意すること。
- 扉が複数ある場合は、入口と出口を分けるなど、密にならないように人の流れを確保すること。
- 換気設備を適切に運転すること。
- 定期的に窓を開けて、外気を取り入れる等の換気を行うこと。
- 稽古や運動中は、感染予防の観点から、周囲の人と少なくとも2mの距離を空けるように配慮すること。
- 他の者と共用で使用する武道用具（審判旗等）は、使用の都度、除菌シート等で消毒を行うように呼びかけること。なお、用具を貸し出す際は、貸し出した者を特定しておくこと。
- 整列する際は、前の人の呼気の影響を避けるため、前後一直線に並び、横に並列したり、斜め後方に位置取りをさせる等、距離を保つことを心がけること。
- タオルの共用はしないように呼びかけること。
- タオルや飲料水等は、直接、床に置かずに運営事務局で配布したタンカルビニール袋を使用するように呼びかけること。
- 実技等で使用するマイクは、マイク専用除菌・消臭スプレーで殺菌をした後、除菌清掃済ビニール袋等に収納する等の対策を施すこと。また、マイクやホワイトボード、マーカーなどは、使用者が替わるたびに消毒を行うこと。
- 各日終了後、床の清掃及び机やイス、ホワイトボード、マーカー、各種スイッチ類、ドアノブ等、直接手の触れる箇所の消毒を行うこと。なお、床の清掃は、施設の取り決めに従って行うこと。基本的には、水拭きは床板の劣化につながるため、乾拭きとするが、汗等で汚れている箇所がある場合は、固く絞ったモップ・雑巾で拭いた後、乾燥させること。その際、消毒のために適切な濃度に希釈した市販の塩素系漂白剤を使用することは可能だが、使用後にしっかりと拭き取ること。ワックスが使用されている床の場合、アルコールは、床を白濁させるおそれがあるため、部分的に試してから使用すること。他の床材の場合、床材の特性に応じた清掃・消毒を行うことが必要。必要に応じて専門業者に確認するとともに、清掃事業者等にも適切な維持管理の徹底を図るようにすること。

○他の者と筆記用具の使い回しはせず、忘れた場合は運営事務局に申し出るように呼びかけること。

□研修室（講義）※借用施設の場合には、借用先の感染防止対策も事前に確認すること

- 入口にアルコール等の手指消毒液を用意すること。

- 扉が複数ある場合は、入口と出口を分けるなど、密にならないように人の流れを確保すること。
 - 換気設備を適切に運転すること。
 - 定期的に窓を開けて、外気を取り入れる等の換気を行うこと。
 - 机の配置は十分な間隔を取り、2mを目安に対人距離を確保した椅子の配置とすること。
 - 講義等で使用するマイクは、マイク専用除菌・消臭スプレーで殺菌をした後、除菌清掃済ビニール袋等に収納する等の対策を施すこと。また、マイクや演台、ホワイトボード、マーカー、プロジェクター等は、使用者が替わるたびに消毒を行うこと。
 - 各日終了後、床の清掃及び机やイス、演台、ホワイトボード、マーカー、各種スイッチ類、ドアノブ等、直接手の触れる箇所の消毒を行うこと。
 - 他の者と筆記用具の使い回しはせず、忘れた場合は運営事務局に申し出るように呼びかけること。
 - 講義で使用する配布資料等は、運営事務局で配布し、参加者による回し配布はしないこと。
 - 開・閉講式の挨拶者は、できるだけ人数を減らし、短時間で終了するように心がけること。また、講師紹介や事務連絡は書面で説明するなど、極力減らすようにすること。また、挨拶者のマスクの着用については、感染状況も勘案し、事務局長、講師等と相談の上、着用有無について決めること。
 - 講義は、講師と参加者の距離を十分に空け、講師はできる限り所定の位置で講義をすること。
 - 修了証は、事前に各自の机の上に置く等して、手渡しでの配布はしないこと（最終日の配布に限らない）。
- 集合写真
- 撮影時、マスクを外した場合には、隣同士しゃべらないように呼びかけること。
 - 一時的に密な状態となるため、整列を素早く行うように呼びかけ、撮影も手短に行うこと。
- 客室
- 定期的に窓や扉を開けて、換気を行うように呼びかけること（貴重品の盗難に注意）。なお、冬場は、特に換気と湿度の確保に留意すること。窓開け換気は、室温が下がらない範囲（18度以上目安）で、常時、窓を少し開けるよう呼びかけること。湿度は、加湿器を使用するか、部屋干し等を行い、確保を呼びかけること（タオル等を水で濡らして水滴が落ちない程度に絞ること）。
 - 他の講師・参加者の部屋への行き来はしないように呼びかけること。
 - 体調のすぐれない者が出た場合の一時的な処置として、隔離できる予備の部屋を参加人数に応じて1～2部屋用意しておくこと。なお、日本武道館研修センターは、参加人数に関わらず、301号室から308号室を予備の部屋として使用する。移動は、他の参加者や講師との接触を避けるため、外階段を使用する。また、3階男子トイレもしくは女子トイレのどちらか一方を体調不良者に充てるため、あらかじめ他の参加者が使用できないようにしておくこと。
- 廊下
- 窓が開けられるような施設であれば、定期的に換気を行うこと。
- 手洗い場所
- 手洗い場には石鹸（ポンプ型が望ましい）を用意すること。
 - 「手洗いは30秒以上」等の掲示をすること。
 - 手洗い後に手を拭くためのペーパータオル（使い捨て）を必要に応じて用意すること。
 - 手洗いが難しい場合は、アルコール等の手指消毒液を用意すること。
 - 蛇口は、使用者が水で流す等、次の使用者のために清潔に保つことを呼びかけること。
 - 利用者が密な状態になるおそれがある場合には、人数制限・使用制限を行うこと。
- 洗面所
- トイレ内の複数の者が触れると考えられる場所（ドアノブ、水洗トイレのレバー等）は、こまめに消毒すること。
 - トイレの蓋を閉めて汚物を流すように表示もしくは案内すること。
 - 手洗い場には石鹸（ポンプ型が望ましい）を用意すること。
 - 「手洗いは30秒以上」等の掲示をすること。
 - 蛇口は、使用者が水で流す等、次の使用者のために清潔を保つことを呼びかけること。
 - 手洗い後に手を拭くためのペーパータオル（使い捨て）を必要に応じて用意すること。

○換気扇を常に回す、もしくは窓や扉を開ける等、外気を取り入れて換気に配慮すること。

○利用者が密な状態になるおそれがある場合には、人数制限・使用制限を行うこと。

□入浴

○大浴場の場合は、人数制限（男子 10 名、女子 4 名）を行うこと。

○備品（桶、椅子、脱衣籠等）の消毒をこまめに行うこと。

○浴室内の換気を強化すること。

○浴室、浴槽内、脱衣所における対人距離の確保を呼びかけること。

○浴室、浴槽内、脱衣所における会話を控えることを呼びかけること。

○各自が使用した桶や椅子は、使用者が水で流す等、次の使用者のために清潔を保つことを呼びかけること。

○ドライヤーやブラシは、各自で持参し、使い回さないように呼びかけること。

○着替えた衣類等は、直接、脱衣籠に入れずに運営事務局で配布したタンカルビニール袋を使用するように呼びかけること。

□飲食物の提供時

○飲食前に手洗い、うがい、手指消毒を行うように呼びかけること。

○飲食開始までマスクの着用を呼びかけること。

○スポーツドリンク等の飲料は、ペットボトル・ビン・缶や使い捨ての紙コップで提供すること（やかんやポット等に入れて提供しないこと）。

○料理は、ビュッフェ形式での提供は行わず、食堂スタッフによる盛り付け、一人ずつ配膳すること（ご飯やみそ汁も同様）。ご飯のおかわりのみ、指定場所に各自が茶碗を持って行き、食堂スタッフによる盛り付けとする。湯呑はあらかじめ各自に配られるが、お茶は注がれていないため、給仕を決めて、各テーブルに配置されている急須で注ぐようにする。

○対面形式の食事とならないように、座席の配置を斜め着席にするなどして工夫すること。人数の制限が必要な場合には、入浴組と食事組を分ける等、交替でとるようにすること。

○飲食中は、近距離での会話を控えるように呼びかけること。

○飲食後の食器類の下膳は、食堂スタッフが行うので、そのままにしておくこと。飲食後は、手洗いや手指消毒を呼びかけること。

○缶やペットボトル、グラスの回し飲みはしないように呼びかけること。

○飲食物を取り扱う食堂スタッフは、マスクを着用すること。

○主催者によるアルコール飲料の提供は行わないこと（懇親会の中止）。

○講師用の茶菓子等を用意する場合には、紙皿に取り分けるなどして、各部屋に用意すること。

□乾燥室・洗濯室

○室内が密にならないように、人数制限を設けること。なお、乾燥室は、できるだけ使用しないようにし、部屋干しを呼びかけること（水滴が落ちない程度に絞ってから部屋干しすること）。

□ゴミの廃棄

○使用済みのマスクや鼻水や唾液等が付いたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛って捨てるように呼びかけること。

○マスクを外した後は、必ず石鹸と流水で手を洗い、手指消毒を呼びかけること。

□バス等による移動時

○移動時は、隣り合う 2 席を 1 名利用とするなど、参加人数に応じて座席数に余裕をもった車種を手配すること。また、乗車時は窓を開けて車内換気を行うと共に、会話は控えるように呼びかけること。

□運営事務局で準備すべき備品等

○マスク（予備）

○体温計（予備）

○手指消毒液

○除菌シート

○除菌スプレー

- マイク専用消臭・除菌スプレー
- ペーパータオル
- ゴミ入れ用ビニール袋（各部屋）
- ビニール手袋（運営事務局）
- フェイスシールド
- 筆記用具（貸出用）
- 各種注意喚起を促す貼り紙やチェック表等

当日の受付時の対応

- 講師・参加者の受付やチェックイン、チェックアウトが密にならないように、整列制限を設けたり、距離をおいて（できるだけ2mを目安に（最低1m））並べるように足元に目印の設置等を行うこと。それでも密になることが想定される場合には、他の広い場所に受付場所を変更すること。また、アクリル板や透明ビニールカーテン等を必要に応じて用意して遮蔽すること。
- 受付には、手指消毒液を設置すること。
- 受付を行う者はマスクとフェイスシールド着用すること。
- 宿泊を伴う講師・参加者から、最終連絡文で送付した検温記入表と体調伺書の提出を求めること。運営事務局は、提出書類を確認した上で、参加が難しいと思われる者がいる場合には、施設管理者や講師・助講師等と相談の上、「発熱相談コールセンター」等の指示に従い速やかに参加可否を判断すること。
- 宿泊を伴う講師・参加者に、研修会等実施期間中の検温記入用紙を配布し、毎朝、検温を依頼すること（記入用紙は、研修会等の最終日に提出してもらうこと）。研修会等実施期間中は、毎朝、体調の優れない者がいないか、声をかけて確認すること。
- 講師・参加者に、厚生労働省から提供されている、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や各地域で取り込まれている通知サービスの活用を推奨すること。
（※）COCOAを入れている場合は、電源を入れたうえ、Bluetoothを有効にすること。
- 講師・参加者に、研修会等終了後2週間以内に新型コロナウイルスに発症した場合や、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や各地域で取り込まれている通知サービスによって、研修会等実施期間中に濃厚接触があったと思われる場合は、自宅住所を管轄する保健所に連絡をして指示を仰ぐこと。また、運営事務局に対して速やかに報告すること。その際、他の参加者や講師へ当該情報を提供する場合があることので了承を得ておくこと。
- 金銭の授受は、トレイを使用する等、直接相手の手に触れないように心がけること。

講師・参加者が遵守すべき事項

全般的な事項

- 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせること。
 - 体調が良くない場合（発熱、せき、咽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が疑われる者がいる場合
 - 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や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
- 研修会前後での懇親会等の開催は控えるよう、注意すること。
- マスク、室内履き（スリッパ等）、体温計を持参すること。
- 宿泊施設内（入浴及び飲食時除く）、研修室、道場では、マスクを着用すること。ただし、マスクを着用して稽古や運動を行った場合、十分な呼吸ができず、人体に悪影響を及ぼす可能性があることや、熱放散が妨げられることにより熱中症のリスクが高くなるため、息苦しさを感じた時は、すぐにマスクを外すこと。また、休憩を取るなど、無理をしないこと。これらも踏まえ、稽古や運動中の感染防止対策については、各武道団体の定めに従うこと。

- こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- 他の参加者や運営事務局との距離（できるだけ2mを目安に（最低1m））を確保すること。
- 感染リスクが高まる「5つの場面」を避けるようにすること（12ページ参照）。
- 大きな声で会話等をしないこと。
- 他の者と筆記用具の使い回しをしないこと（忘れた場合は、運営事務局に申し出ること）。
- 研修等実施期間中に体調がすぐれない症状（発熱や呼吸困難、けん怠感等）が表れた場合には、速やかに講師や運営事務局に相談すること。
- 感染防止のために主催者、施設管理者が決めたその他の措置の遵守、施設管理者の指示に従うこと。
- 厚生労働省から提供されている、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や各地域で取り組まれている通知サービスを活用すること。
- （※）COCOAを入れている場合は、電源を入れたうえ、Bluetoothを有効にすること。
- 研修会等終了後2週間以内に新型コロナウイルスに発症した場合や、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）や各地域で取り組まれている通知サービスによって、研修会等実施期間中に濃厚接触があったと思われる場合は、自宅住所を管轄する保健所に連絡して指示を仰ぐこと。また、運営事務局に対して速やかに報告すること。その際、他の参加者や講師へ当該情報を提供する場合があることを了承しておくこと。

検温の実施について

- 宿泊を伴う者は、研修会等の初日からさかのぼり7日前から検温（朝・夕）を実施し、最終連絡文で同封する検温記入表に記入すること。検温記入表は、研修会初日に提出すること。
- 宿泊を伴う者は、研修会等実施期間中、毎朝、検温を行い、各自で検温記入用紙に記入し、最終日に提出すること（検温記入用紙は研修会等初日に配布）。
- 宿泊を伴わない者（一部の講師等）は、研修会等の当日、運営事務局で検温を実施する。

運動中について

- 運動中は、感染予防の観点から周囲の人と少なくとも2mの距離を空けること。
- 他の者と共用で使用する武道用具（審判旗など）は、使用の都度、除菌シート等で消毒を行うこと。
- タオルの共用はしないこと。
- タオルや飲料水等は、直接、床に置かずに運営事務局で配布したタンカルビニール袋を使用すること。

集合写真について

- 撮影時は、マスクを外し、隣同士しゃべらないようにすること。
- 一時的に密な状態となるため、整列は係員の指示に従い素早く行う。

客室について

- 定期的に窓や扉などを開けて、換気を行うこと（貴重品の盗難に注意）。なお、冬場は、特に換気と湿度の確保に留意すること。窓開け換気は、室温が下がらない範囲（18度以上目安）で、常時、窓を少し開けるようにすること。湿度は、加湿器を使用するか、部屋干し等を行い、湿度を確保するようにすること（タオル等を水で濡らして水滴が落ちない程度に絞ること）。
- 他の講師・参加者の部屋への行き来はしないようにすること。

洗面所について

- トイレの蓋を閉めて汚物を流すようにすること。
- 手洗いは30秒以上行うこと。
- 蛇口は、使用者が水で流す等、次の使用者のために清潔を保つこと。
- 利用者が密にならないように、配慮すること。

入浴について

- 浴室、浴槽内、脱衣所では、対人との距離を確保すること。
- 浴室、浴槽内、脱衣所における会話を控えること。
- 各自が使用した桶や椅子は、使用者が水で流す等、次の使用者のために清潔を保つこと。
- ドライヤーやブラシ等は各自で持参し、使い回さないようにすること。
- 着替えた衣類等は、直接、脱衣籠に入れずに運営事務局で配布したタンカルビニール袋を使用すること。

飲食について

- 飲食前に手洗い、うがい、手指消毒を行うこと。
- 飲食開始までマスクを着用すること。
- 飲食中は、近距離での会話を控えること。
- 缶やペットボトル、グラスの回し飲みはしないこと。
- 飲食後は、手洗いや手指消毒を行うこと。
- ロビーや待機スペースなど、指定された場所以外での飲食は禁止とする。

ゴミの廃棄について

- 使用済みのマスクや鼻水や唾液等が付いたゴミは、ビニール袋に入れて密閉して縛って捨てること。
- マスクを外した後は、必ず石鹸と流水で手を洗い、手指消毒を行うこと。

バス等による移動時について

- 車内では、新型コロナウイルス感染症対策に協力するとともに、会話は控えること。

運営事務局（各武道団体事務局含む）が遵守すべき事項

- 『講師・参加者遵守事項』を遵守しながら感染防止に努めること。
- 運営事務局は、使い捨てビニール手袋やフェイスシールド（受付時）の着用を心がけること。また、除菌シートやペーパータオル、マスクの予備等を常に携帯し、感染防止に気を配ること。
- 司会用マイクは使い回しせず、使用の都度、マイク及び手指消毒を行うこと。
- 貸出用筆記用具は、回収の都度、消毒を行うこと。
- カメラ、PC、ICレコーダー等の使い回しは極力避ける。他の者が使用する場合には、必ず消毒すること。
- 事務所及び作業スペースが密にならないように配慮し、こまめな換気を心がけること（貴重品の取り扱いに注意）。

感染の疑いの際の対応

- 研修会等実施期間中に、万一、発熱や呼吸困難、けん怠感等、感染の疑われる者がいる場合、客室内で待機し、マスクを着用して外に出ないように依頼する（同行者も同様）。その際、別に用意した予備部屋で隔離を行い、感染拡大の防止に努める。なお、その者が隔離前に使用していた部屋シーツや枕カバーなどは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、部屋に置いておくよう指示し、主催者から連絡を受けた清掃担当者が速やかに回収すること。
- 食事も客室に届け、他の参加者との接触を避ける。
- 対応者は、必ずマスクとフェイスシールドを着用して対応すること。
- 入浴は控える。
- 発熱などの症状がある場合には、まず、かかりつけ医に相談し、指示を受ける。ただし、遠方者である場合やかかりつけ医がない場合には、開催地の発熱相談コールセンター等に相談して指示を受ける。また、発熱

等がない場合でも感染が疑われる症状等がある場合には、発熱相談コールセンター等に連絡し、感染の疑いのある者の状況や症状を伝え、その後は保健所からの指示に従うこと。ただし、千葉県の場合には、まずは、発熱相談コールセンターへ連絡すること。

□当日の参加者名簿等を確認し、保健所への提出に備える。

□他の参加者への情報提供は、保健所の指示に従う。

□連絡先は以下のとおり（下記以外の府県で開催する場合には、適宜連絡先を確認しておくこと）。

◎千葉県

①発熱などの症状がある場合は、近くのかかりつけ医にまず相談。

②かかりつけ医などが無く、相談先に迷う場合は「発熱相談コールセンター」へ相談。

○発熱相談コールセンター

TEL：0570-200-139（土日祝含む 24 時間対応）

○勝浦市市民課健康管理係

TEL：0470-73-6614（月～金 8：30～17：15 対応）

○亀田総合病院

TEL：04-7092-2211（代表）

住所：千葉県鴨川市東町 929 番地

◎東京都

①発熱などの症状がある場合は、近くのかかりつけ医にまず相談。

②かかりつけ医などが無く、相談先に迷う場合は「東京都発熱相談センター」へ相談。

○東京都発熱相談センター TEL：03-5320-4592（24 時間対応・土日祝日含む）

★症状や感染について心配な場合★

○東京都の電話相談窓口 TEL：0570-550571（土・日・祝日を含む 9 時～22 時）

◎奈良県

①発熱などの症状がある場合は、近くのかかりつけ医にまず相談。

②かかりつけ医などが無く、相談先に迷う場合「新型コロナ・発熱患者受診相談窓口」へ相談。

○奈良県庁（新型コロナ・発熱患者受診相談窓口）

TEL：0742-27-1132（24 時間対応）

★症状や感染について心配な場合★

○奈良市保健所

TEL：0742-95-5888（平日 8 時 30 分～17 時 15 分）（土・日・祝日 10 時～16 時）

○厚生労働省電話相談窓口

TEL：0120-565653（土・日・祝日を含む9時～21時）

FAX：03-3595-2756

□新型コロナウイルスに罹患等した場合にかかる費用及び保険については、以下のとおり。

○新型コロナウイルスは、令和3年2月13日より「新型インフルエンザ等感染症」として位置づけられ、万一、罹患し、まん延を防止するため必要 があると認められ、入院の勧告・措置により入院した者（医療保険等加入の有無を問わない）は、勧告・措置による入院期間を対象として、認定期間中の医療に要する費用（ただし、各種医療保険等を先に適用）を公費で負担することとしている。つまり、医療費の3割負担患者の場合、その3割分を公費で補助することを意味し、これを感染症医療費助成制度という。助成を受ける者は、住まいの地域にある保健所へ、①医療費公費負担申請書、②入院勧告等の通知の写し、③世帯員の各種所得証明書を提出することで助成を受けることができる。同様に、PCR検査は、医師の判断による診療の一環として行われているが、費用については公費負担となっているため自己負担はない。

○ほとんどの保険会社が、新型コロナウイルス感染症は入院給付金の支払い対象となる「疾病」に該当している。同様に、万一、新型コロナウイルス感染症で死亡した場合も死亡保険金の支払い対象に該当している。詳細は、各々が加入している保険会社へ問い合わせが必要。

参考資料

【政府】

○令和2年3月28日（令和3年3月18日変更）

新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針（新型コロナウイルス感染症対策本部）

○令和3年2月26日

基本的対処方針に基づく催物の開催制限、施設の使用宣言等に係る留意事項等について（内閣官房新型コロナウイルス感染症対策推進室長 事務連絡）

○令和2年11月12日

新型コロナウイルス感染症対策分科会（第15回）資料

○令和2年10月23日

クラスターの分析に関するヒアリング調査等の結果と今後に向けた検討（新型コロナウイルス感染症対策分科会事務局）

【スポーツ庁】

○令和2年5月14日（・令和3年2月17日改訂）

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・チェックリスト

【日本スポーツ協会・日本障がい者スポーツ協会】

○令和2年5月14日（令和3年2月15日改訂）

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【概要】

○令和2年8月17日版

講習会・研修会開催における新型コロナウイルス感染症対策について（主催者用・講師用・受講者用）

○令和2年10月2日改訂（令和2年5月14日発・5月29日改訂）

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・チェックリスト

【その他】

○令和2年5月14日（令和2年12月24日改訂）

宿泊施設における新型コロナウイルス対応ガイドライン【第1版】（全国旅館ホテル生活衛生同業組合連
合会・日本旅館協会・全日本シティホテル連盟）

○令和2年6月22日

日本武道館研修センター 新型コロナウイルス感染症への対策・ヒヤリングシート

○令和2年9月1日

日本武道館研修センター 利用における新型コロナ感染症対策

○令和2年10月1日

日本武道館研修センター利用者へのお願い

○感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律第37条

以上

感染リスクが高まる「5つの場面」

場面 1 飲食を伴う懇親会等

- 飲酒の影響で気分が高揚し、注意力が低下します。
- 聴覚が鈍り大声になりやすくなります。
- 回し飲みや箸など共用は、感染リスクを高めます。

場面 2 大人数や長時間におよぶ飲食

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒は、短時間の飲食と比較して、感染リスクが高まります。
- 大声になり飛沫が飛びやすくなるため感染リスクが高まります。

場面 3 マスクなしでの会話

- 近距離でのマスクなしの会話は、飛沫感染のリスクを高めます。
- 昼カラオケなどで感染事例が報告されています。
- 自動車で移動する際の車中でも注意が必要です。

場面 4 狭い空間での共同生活

- 閉鎖空間が長時間共有されるため、感染リスクを高めます。
- トイレなどの共用部分で感染が疑われる事例が報告されています。

場面 5 居場所の切り替わり

- 休憩時間に入るときなど、気の緩みや環境変化で感染リスクが高まる場合があります。
- 休憩室、更衣室、喫煙室での感染が疑われる事例が報告されています。

知らないうちに、拡めちゃうから。

