

4. 新型コロナウイルス感染症対策について

今後、緊急事態宣言等によりイベント開催が制限されている場合などの感染状況によっては、開催を中止または、個別に中止判断をする可能性があります。

1. 参加するにあたり遵守をお願いする事項

- (1) 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見送ること
 - ・体調がよくない場合（例：37.5℃以上の発熱、咳、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場合
 - ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の感圧機関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) 参加するにあたり必ず「体調チェックリスト」を提出すること（様式は<http://www.nagoya-taikyo.or.jp/>からダウンロード）
また、各競技団体によって所定の様式がある場合は指示に従い提出すること
- (3) マスクを持参し、受付時や着替え等のスポーツを行っていない際や会話をする際にはマスクを着用すること
- (4) こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を行うこと
- (5) 他の参加者、競技役員との距離（できるだけ2m以上）を確保すること（障がい者の誘導や介助を行う場合は除く）
- (6) 参加中は大きな声での会話、応援等はしないこと
- (7) 参加終了後2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合、実行委員会に対して速やかに濃厚接触者の有無について報告すること
- (8) 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
- (9) 感染防止のために各競技団体、施設管理者が定めたその他の措置の遵守および指示に従うこと

2. スポーツを行う際の留意点

- (1) 十分な距離の確保
 - ・競技の種類に関わらず、競技をしていない間も含め、感染予防の観点から周囲の人となるべく距離を空けること（介助者や誘導の必要な場合を除く）
 - ・強度が高い競技の場合は、呼吸が激しくなるため、より一層距離を空けること
 - ・マスクをしていない場合には、十分な距離を空けるように特に留意すること
- (2) 競技中や休憩中に、唾や痰を吐くことは極力行わない
- (3) タオルの共有はしないこと
- (4) 各競技団体、施設管理者が定めたその他の留意点があれば遵守および指示に従うこと

3. 新型コロナウイルス対策における熱中症予防ポイント

- (1) マスクの着用について
高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなるおそれがあるので、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずす
マスクを着用する場合には、強い負荷の運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけ、また、周囲の人との距離を十分にとれる場所で、マスクを一時的にはずして休憩する
- (2) 涼しい場所への移動について
少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所に移動する
屋外でも日陰や風通しの良い場所に移動する
- (3) 日頃の健康管理について
毎朝など、定時の体温測定、健康チェックをすることは、熱中症予防にも有効である
平熱を知っておくことで、発熱に早く気づくことができるため、日ごろからご自身の身体を知り、健康管理を充実させること
また、体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養すること

※「新型コロナウイルス感染症対策について」は、公益財団法人日本スポーツ協会から発信されている「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」及び厚生労働省から発信されている「新しい生活様式における熱中症予防行動のポイント」を元に作成しています。