

公益社団法人スペシャルオリンピックス日本・長野  
スポーツプログラム実施ガイドライン

- ◆各施設の利用の際は、該当施設の感染防止ガイドラインに基づいた施設関係者の指示に従ってください。
- ◆アスリートの体調に留意し、プログラム開始前に以下の事項をチェックし、体調がすぐれない場合には参加を見合わせるよう伝えてください。(コーチ、ファミリーも同様)
  - ① プログラム当日の体温を聞き、平熱を超える発熱がないかどうか。  
(家で必ず測定してから参加するよう伝えてください)
  - ② プログラム参加2週間前における体調のチェック (ファミリーから必ずヒアリングをお願いします)
    - ・咳、のどの痛みなどの風邪の症状
    - ・だるさ (倦怠感)、息苦しさ (呼吸困難)
    - ・臭覚や味覚の異常
    - ・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方がいる場合
    - ・他都道府県 (特に特定警戒、緊急事態宣言が継続されている都道府県) への往来の有無
- ◆スポーツプログラム会場への往復にはマスクを着用し、また、着替えや休憩時等、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ようにしてください。
- ◆こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒の実施をお願いします。(施設の備え付け等の指示に従うようお願いします。)
- ◆十分な距離の確保をお願いします。
  - ① 競技の種類に関わらず、スポーツ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てください。
  - ② 強度が高いスポーツの場合は、呼気が激しくなるため、より一層距離を空けるよう努めてください。
  - ③ 感染予防の観点からは、少なくとも2mの距離を空けることが適当とされています。
- ◆プログラム中は、前の人の呼気の影響を避けるため、可能であれば前後一直線に並ぶのではなく、並走する、あるいは斜め後方に位置を取るなど工夫をしてください。
- ◆プログラム (スポーツ) 中、唾や痰をはかないように注意してください。
- ◆タオルの共用はしないでください。
- ◆飲料は個人で用意し、残った場合は、施設や路上に廃棄することなく、持ち帰ってください。マスクやその他のゴミも同様です。袋に入れて各自持ち帰り厳守をお願いします。

\*本ガイドラインは、5月14日付けで公益財団法人日本スポーツ協会・公益財団法人日本障がい者スポーツ協会が策定した「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」を参考にしています。