

## 大会参加にあたっての留意事項 ver.5

### 【新型コロナウイルス感染症拡大防止対策ガイドライン】

大会にご参加いただくにあたり、下記の内容を遵守して、役員の指示に従ってください。  
何卒ご理解ご協力の程よろしくお願いいたします。

- ◎スポーツ庁発信の「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」より抜粋
- ◎(公財)日本卓球協会発信「新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン」(2022.9.17版)より抜粋

#### ◎卓球練習再開時の感染防止策について

① 練習施設の使用再開は、都道府県知事の感染防止方針に準拠する。
② 練習参加者数は、都道府県知事の方針のもと上限人数を定める。
③ 練習参加者の氏名、連絡先を把握すること。
④ 過去7日間以内で以下の事項に該当する者には練習参加の見合わせを求めること。
・ 平熱を超える発熱(おおむね 37 度5分以上)がある場合
・ 風邪の症状(咳、のどの痛みなど)がある場合
・ 倦怠感(だるさ・体が重い・疲れやすいなど)、呼吸困難(息苦しさなど)がある場合
・ 嗅覚や味覚の異常がある場合
・ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触がある場合
・ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方(上記の症状を有する方)がいる場合
・ 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
⑤ ダブルスの練習を再開する場合は、地域の感染状況を鑑みながら検討する。
なお、以下の事項を基本とする。
➢ 地域に緊急事態宣言が発令されていないこと
➢ 練習場関係者に感染者、濃厚接触者がいないこと
➢ 練習場関係者の7日間以内の体調管理を徹底していること

①密閉対策(開会式で注意喚起)
・換気設備の常時運転及び各扉の全開による空気の入替。(体育館により対応)
②密集・密接対策(開会式で注意喚起)
・3密状態を避け、試合時以外はマスク(口と鼻をしっかりと覆うマスク)を着用すること。
・食事は対面を避け、会話は禁止すること。
・こまめに手指消毒をするように呼び掛ける。

#### ◎大会参加にあたって/試合当日の留意事項

①団体戦:大会当日受付にて「連絡先及び健康状態申告書(団体戦用)」(※1)を必ず提出すること。 チーム責任者が全員分を取りまとめ、受付に提出すること。
個人戦:大会当日受付にて選手の帯同者及び関係者のみ「連絡先及び健康状態申告書(個人戦用)」(※1)を必ず提出すること。
「連絡先および健康状態申告書」には、大会前日から7日間以内の情報提供をお願い致します。
②過去7日間以内で以下の事項に該当する者は参加できません。
・ 平熱を超える発熱(おおむね 37 度5分以上)がある場合
・ 風邪の症状(咳、のどの痛みなど)がある場合
・ 倦怠感(だるさ・体が重い・疲れやすいなど)、呼吸困難(息苦しさなど)がある場合
・ 嗅覚や味覚の異常がある場合
・ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた方との濃厚接触がある場合
・ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方(上記の症状を有する方)がいる場合
・ 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
③役員・選手・関係者(来場者全員)は体育館入館時にアルコール消毒液で手指の消毒をし、こまめな手洗いとアルコール消毒液での手指消毒を行うこと。
④役員・選手・関係者(来場者全員)は口と鼻をしっかりと覆うマスクを持参し、試合時以外は着用すること。
⑤役員・選手・関係者(来場者全員)は、受付時に役員が検温する。
⑥役員・選手・関係者(来場者全員)は、ソーシャルディスタンスを守り(できるだけ2m以上)三密をさけること。 (障がい者の誘導や介助を行う場合を除く)
⑦当日「連絡先及び健康状態申告書」を忘れた者は役員に申し出る。
⑧役員は、アリーナ内の準備の際、卓球台は十分な間隔(4m推奨)を開けて設置すること。

(※1)東京都卓球連盟ホームページより取得し、各自で事前にご用意ください。

◎ 「試合開始前の練習」

- ①クロスでの練習は各クロス2名で最大4名までとする。
- ②ダブルスの練習は、ペアのみの使用でクロスの使用は認めない。
- ③ダブルス練習中でのペア同士の打合せはお互い「飛沫感染」「接触感染」の対策を取ること。  
特に、「飛沫感染」対策として、口をタオル等で覆い、飛沫させないようにすること。
- ④数多くのボールを使つての練習は避ける。(他人のボールと混同を避けるため。)
- ⑤卓球台、及びその他のものには触れないように注意。
- ⑥むやみに手で顔(特に目、鼻、口)を触らないよう努めてください。
- ⑦練習終了後は手差し消毒による除菌をし、感染予防に努めてください。尚、手拭きタオルは持参のこと。

◎ 「試合開始後」

- ・ダブルス試合については次の行為を厳守してください。
  - \* 得点をするたびに、声を出してパートナーを称えたり、ハイタッチをする行為を禁止。
  - \* 試合中の打合せ(小声の作戦)は口をハンカチ等で押さえ、飛沫感染、接触感染対策に努めてください。
- ・対戦前後、両選手は握手はしないで、挨拶だけにする。
- ・卓球台で手を拭く癖のある選手はその行為をしないこと。手でシューズの底を拭くのはやめてください。
- ・手でむやみに顔(特に目、鼻、口)を触らないよう努めてください。
- ・ベンチコーチはアドバイス時には距離をおき飛沫感染、接触感染を防いでください。
- ・ベンチでの応援は・大声を出さない。拍手のみ。終了後もベンチでハイタッチ、握手を避ける。
- ・タオルは共用しない。自分専用を用意してください。
- ・ペットボトルは他の人との飲み回しはせず、自分専用にしてください。  
飲み残しをしないで、責任を持って片付ける。
- ・ゲームが終了したら手指消毒をすること。
- ・ゲームが終了したら使用球を本部席返却し、洗浄済の使用球を受け取り、次の試合に備える。
- ・試合以外はマスク着用、試合中のマスクは自由。着用の場合は白色以外の単一色のマスクを使用してください。
- ・食事は対面を避けて、食事中は会話はしないでください。まとまって一緒にとらないよう努めてください。

◎ 「試合終了後」

- ①ゴミ(弁当空容器、ペットボトル、紙くず等)の処理は、各自で持ち帰ってください。
- ②忘れ物ないように各自、気をつけましょう。タオルは廃棄しますのでご注意ください。
- ③試合後、グループでの懇親会・ミーティング等は、三つの密になる場所は避けること。

◎ 「観客の管理」

- ◎ 当面の間、無観客試合で行います。選手・監督以外の観戦は控えてください。  
観客席で待機しているチーム及び選手はマスクの着用をし、席が密にならないよう、注意してください。  
また、大声での声援を送らないことや会話を控えること。

◎ 「日常生活」

- \* 感染リスクが高まる「5つの場面」、「新しい生活様式」の励行。
  - ・「5つの場面」
    - ① 飲酒を伴う懇親会等      ② 大人数や長時間に及ぶ飲食      ③ マスクなしでの会話
    - ④ 狭い空間での共同生活      ⑤ 居場所の切り替わり
  - ・「新しい生活様式」 日常生活を営む上での基本的な生活様式
    - ① まめに手洗い・手指消毒      ② 咳エチケットの徹底(マスク着用)
    - ③ こまめに換気(エアコン併用で室温を28℃以下に)      ④ 身体的距離の確保
    - ⑤ 「3密」の回避(密集、密接、密閉)
    - ⑥ 一人ひとりの健康状態に応じた運動や食事、禁煙等、適切な生活習慣の理解・実行
    - ⑦ 毎朝の体温測定、健康チェック。発熱又は風邪の症状がある場合はムリせず自宅で療養
- \* 新型コロナウイルス接触確認アプリ「COCOA」のダウンロードを推奨します  
[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa\\_00138.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/cocoa_00138.html)

大会終了後7日間以内に新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者に対して速やかに濃厚接触者の有無等について報告して下さい

連絡先:(一社)東京都卓球連盟 電話番号 03-5389-2965

※ 2021年6月9日修正点

卓球台、ボールの消毒について

1.(2) 5) ⑥ および 2.(5) 2) ② 次亜塩素酸水:効果が不明確であり、現時点では推奨致しません。台所用

合成洗剤または住宅・家具用洗剤(界面活性剤を含む製品)を希釈して消毒に用いる場合は、卓球台、

ボールにより影響が異なるため、各メーカーのホームページを参照するかメーカーにお問い合わせ下さい。

頻回の手洗いによる除菌、感染予防に努めて下さい。

1.(2) 6) ⑧ 練習の合間に手洗いによる除菌を行い、感染予防に努めて下さい。

現在のところ、卓球台、ボールに適用可能となる完璧な消毒方法は判明しておりません。このため以下の

対応をお願いします。練習中は、卓球台、ボールに触れた手で顔(特に眼、鼻、口)を触らないように努めて下

さい。ウイルスが手に付着しても顔に触れないようにすることにより感染のリスクを低下させられます。

また、手についたウイルスは、練習の合間の手洗いにより除菌することが出来ます。