



一般社団法人日本身体障がい者水泳連盟

新型コロナウイルス感染症対策(COVID-19)としての

水泳活動再開に向けてのガイドライン

2020年6月5日

2020年9月5日改訂

一般社団法人日本身体障がい者水泳連盟

危機管理委員会新型コロナウイルス感染症対策部会

目次

1. 水泳活動を再開するにあたって当連盟としての基本方針.....	2
2. 再開にあたっての考え方.....	2
3. 障害上のリスクと基礎疾患.....	3
4. 選手に求められる感染予防.....	3
(1) 日常生活での感染予防.....	3
(2) 施設利用時に行う感染予防対策.....	6
5. 身近な人に感染症が判明した場合の対応.....	8
6. 強化育成等カテゴリーとそれぞれの対応（段階的な再開に向けて <small>アラート レベル フェーズ</small> Alert Level と Phase)..	8
(1) トップアスリート(強化 S~育成 S).....	8
(2) 次世代事業の対象選手.....	12
(3) 育成 A・B、発掘選手.....	12
(4) J-STAR 対象選手.....	12
(5) 一般選手.....	13
7. 当連盟の事業参加後に感染症発症または濃厚接触者と判明した場合の対応.....	13
参考・引用文献.....	13

はじめに

当連盟では、新型コロナウイルス感染症について2020年2月27日付で危機管理事象として取り扱い、危機管理委員会の下に「新型コロナウイルス感染症対策部会」(以下「感染症対策部会」とする)を設け、責任者を決めて取り組む。5月22日に政府により「緊急事態宣言」が解除されたにともなう、水泳活動再開について、競技会参加会員(以下「会員」とする)が、より安全に水泳活動を再開・継続していただけるようにガイドラインを作成した。会員それぞれ体力・運動レベル、障害や利用される施設等には違いがあり、すべてを一律に定めることは困難だが、本ガイドラインを会員の皆様における一つの指針としてご参考・ご活用いただきたい。

なお、本ガイドラインは作成時点における上位団体が策定されたガイドラインや、得られている知見に基づき作成している。今後これらが改訂された場合には、本ガイドラインについても見直すことがある。

1. 水泳活動を再開するにあたって当連盟としての基本方針

水泳活動に限らず、運動は多くの方の心身の健全な発達に寄与するものであり、緊急事態宣言が解除されても新型コロナウイルス感染の危険性自体が無くなったわけではないことを念頭に置き、生命と健康の安全を最優先に、活動していただくことが大切である。会員の皆様が利用される施設では、感染およびその拡大を防止するための多くの取り組みが行われている。感染を防ぐにあたっては利用者側、施設管理側の相互努力が不可欠である。各施設の取り組みに適切に応じながら、自分に必要なことを足していただきたい。

2. 再開にあたっての考え方

活動の再開にあたっては、社会の状況等をみながら段階的に活動の内容や範囲を広げていく必要がある。国や自治体を示す警戒レベル等を確認し、要請される内容に従って行動すること。

また、活動自粛の間に、体力は少なからず低下している。練習が行える状況が整っても、はじめから緊急事態宣言発令直前に行っていた強度の運動を行うのではなく、段階的に運動の負荷を高めていき、運動によるケガ・故障を防ぐことが大切である。例えば泳ぐ時間や泳ぐ距離を短くする、運動の合間の休憩を長めにする、などして急激に高い負荷が体にかからないように工夫する。疲労すると免疫力が低下するので、疲労しないよう練習内容、日常生活とも留意する。

3. 障害上のリスクと基礎疾患

単に障害があるから、重症化するといった傾向はしめされていないが、高齢者や次のような基礎疾患及び呼吸機能の低下をともなう場合は重症化しやすいといわれている。

- 心血管疾患(不整脈等の心臓病、動脈硬化症等の血管疾患)
- 高血圧症
- 糖尿病
- 悪性腫瘍
- 慢性呼吸器疾患(喘息、COPD、肺線維症、気管支炎等)
- 慢性腎不全(透析を含む)
- 免疫抑制剤(ステロイド剤)を使用する疾患(リウマチ、膠原病等)
- 高度肥満
- かかりつけ医師から感染対策の指示を受けている
- 頸髄損傷、筋ジストロフィー、重度脳性麻痺などによる呼吸機能が低下している場合

これらの状況に該当する方は、トレーニング再開にあたっては主治医(かかりつけ医)と相談等して、十分に感染予防に努めること。

4. 選手に求められる感染予防

(1) 日常生活での感染予防

日常生活では、一般的な感染症対策や健康管理を心がける。特に次の点は留意すること。

- ◆ 密閉空間、密集場所、密接場面、いわゆる「3つの密」をできるだけ避ける。
- ◆ こまめな手洗い、アルコール消毒液(70%以上)等で手指の消毒を行う。視覚障害の選手はふれた物を確認した後は必ず手指の消毒をする。車いす、杖、義手などを使用している選手は触る部分をこまめに消毒する。汚れた手で顔など粘膜に触れないようにする。
- ◆ バランスの良い食事や十分な睡眠、適度な運動をして免疫力を高めておく。
- ◆ 咳チケットを守る。咳が出なくても、外出時はマスクをする。

特に暑い時期は、熱中症にも留意が必要である。マスクをしていることで、喉の渇きを感じにくくなるので、こまめな水分補給と、人がいないところでマスクを外してマスク内の換気を心がける。(熱中症予防)。

新型コロナウイルス感染症の潜伏期間は2週間^{*1}といわれており、感染経路の特定のためにも、トレーニング再開の少なくとも2週間前の体調・体温および行動を記録しておく必要がある。記録すべき項目は、

- ◆ 体温計測、いつもと異なる体調の状態
- ◆ 訪問した場所と時刻

- ◆ 濃厚接触^{*2}に該当すると思われる人の氏名、もしくは機会、人数など

※1: 潜伏期間は1～17日、平均5～6日といわれている。

※2: 「濃厚接触者」とは、「患者(確定例)」の感染可能期間に接触した者のうち、次の範囲に該当する者である。

- ・患者(確定例)と同居あるいは長時間の接触(車内、航空機内等を含む)があった者
- ・適切な感染防護無しに患者(確定例)を診察、看護若しくは介護していた者
- ・患者(確定例)の気道分泌液もしくは体液等の汚染物質に直接触れた可能性が高い者
- ・その他: 手で触れることの出来る距離(目安として1メートル)で、必要な感染予防策なしで、「患者(確定例)」と15分以上の接触があった者(周辺の環境や接触の状況等個々の状況から患者の感染性を総合的に判断する)。

日常生活における感染予防の留意点は、厚生労働省の新型コロナウイルス感染症対策「新しい生活様式」(5月4日、6月19日一部改訂)もご参照いただきたい

「新しい生活様式」の実践例

(1) 一人ひとりの基本的感染対策

感染防止の3つの基本：①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗い

- 人との間隔は、**できるだけ2m(最低1m)** 空ける。
- 会話をする際は、可能な限り**真正面を避ける**。
- 外出時や屋内でも会話をするとき、**人との間隔が十分とれない場合は、症状がなくてもマスクを着用する**。ただし、**夏場は、熱中症に十分注意する**。
- 家に帰ったら**まず手や顔を洗う**。
- 人混みの多い場所に行った後は、できるだけすぐに着替える、シャワーを浴びる。
- 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う**（手指消毒薬の使用も可）。

※ 高齢者や持病のあるような重症化リスクの高い人と会う際には、体調管理をより厳重にする。

移動に関する感染対策

- 感染が流行している地域からの移動、感染が流行している地域への移動は控える。
- 発症したときのため、**誰とどこで会ったかをメモにする**。接触確認アプリの活用も。
- 地域の感染状況に注意する。

(2) 日常生活を営む上での基本的な生活様式

- 毎めに**手洗い・手指消毒**、 咳エチケットの徹底
- こまめに換気（エアコン併用で室温を28℃以下に） 身体的距離の確保
- 「**3密**」の回避（**密集、密接、密閉**）
- 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
- 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



(3) 日常生活の各場面別の生活様式

買い物

- 通販も利用
- 1人または少人数ですいた時間に
- 電子決済の利用
- 計画をたてて素早く済ます
- サンプルなど展示品への接触は控えめに
- レジに並ぶときは、前後にスペース

公共交通機関の利用

- 会話は控えめに
- 混んでいる時間帯は避けて
- 徒歩や自転車利用も併用する

娯楽、スポーツ等

- 公園はすいた時間、場所を選ぶ
- 筋トレやヨガは、十分に人との間隔を
もしくは自宅で動画を活用
- ジョギングは少人数で
- すれ違うときは距離をとるマナー
- 予約制を利用してゆったりと
- 狭い部屋での長居は無用
- 歌や応援は、十分な距離かオンライン

食事

- 持ち帰りや出前、デリバリーも
- 屋外空間で気持ちよく
- 大皿は避けて、料理は個々に
- 対面ではなく横並びで座ろう
- 料理に集中、おしゃべりは控えめに
- お酌、グラスやお箸口の回し飲みは避けて

イベント等への参加

- 接触確認アプリの活用を
- 発熱や風邪の症状がある場合は参加しない

(4) 働き方の新しいスタイル

- テレワークやローテーション勤務 時差通勤でゆったりと オフィスはひろびろと
- 会議はオンライン 対面での打合せは換気とマスク

※ 業種ごとの感染拡大予防ガイドラインは、関係団体が別途作成

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html より引用

(2) 施設利用時に行う感染予防対策

- ◆ 直近 2 週以内に次のような症状や出来事がある場合、施設利用は控える。

また、ご自身の体調不良がある場合は地域の保健所やかかりつけ医に相談する。

- せき・たん・のどの痛みなどの風邪症状
- 発熱
- 倦怠感
- 息苦しさ
- 吐き気
- 味覚異常
- 嗅覚異常
- 下痢や吐き気または頭痛
- 鼻汁・鼻閉
- 同居している人や身近な知人に感染が判明、または疑いのある人があった場合
- 感染症を発症した人と濃厚接触がある場合
- 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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

- ◆ 利用者はマスクを持参する。スポーツをするとき以外はマスクを着用する。
- ◆ こまめに手洗い、アルコール等で手指の消毒をする。
- ◆ 他の参加者、スタッフ等との距離(できるだけ 2mを目安に最低1m)を確保する(障がい者の誘導や介助する場合を除く)。
- ◆ イベント中、大きな声で会話や応援はしない(陽性者の唾液には多くのウイルスが存在する)。
- ◆ 感染予防のために施設や主催者が決めたルール等を守り、指示に従う。
- ◆ イベント参加や施設利用をした後、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、すみやかに主催者に濃厚接触の有無について報告する。初期は限定して施設を利用する。複数の施設を併用すると万が一の場合、多くの感染者が出る可能性がある。
- ◆ 施設利用時は連絡先、体調等について問診等があると思われるので、真摯に対応し、施設の指示に従う。
- ◆ 施設側が認める場合、次項の「一般施設利用に際する体調等確認票」を使用してもよい。
- ◆ 当連盟事業に参加する場合は必要に応じて体調の確認を行う。

これは施設利用の際に提出が求められる事項の一例です。

一般施設利用に際する体調等確認票

2020年 月 日

所属			
氏名			
住所			
電話			
家族など連絡先	続柄	電話	
今朝の体温	度		
直近2週間における以下の事項の有無について、該当にチェックを入れてください。			
平熱を超える発熱がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
下痢、悪心がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
咳、咽頭痛がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
全身倦怠感がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
下痢または頭痛がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
鼻汁、鼻閉がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
味覚、臭覚異常がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
同居している人や身近な知人に感染が判明した、または疑いのある人がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
感染症を発症した人と濃厚接触がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
政府から感染症拡大防止のため制限されている地域や国への渡航歴がある、 又は渡航歴のある人や当該地域に在住する人と濃厚接触がある	有 <input type="checkbox"/>	無 <input type="checkbox"/>	
備考			

確認票ならびに個人情報の取り扱いについて

この確認票は、新型コロナウイルス感染症拡大予防対策の一環として実施されています。

これらの情報は個人情報の取り扱いに留意して約1か月間保管され、期限が過ぎると適切に破棄されます。

利用の可否については貴施設の判断に従います。

感染予防のため施設利用時の注意事項を厳守して利用します。

万が一、新型コロナウイルス感染症の発生があった場合は、保健所等の行政機関にこの情報が提供されます。

私は、上記のことを理解し、承諾します。

年 月 日 氏名(自署) _____

5. 同居している人や身近な知人に感染症の発症が判明した場合の対応

同居している人や身近な知人に感染が判明した場合は、状況把握ができるまで自宅待機とする。ご自身が感染していないか、濃厚接触者になっていないか、保健所等が判断する必要がある。ご自身が濃厚接触者(P4参照)に該当する場合は、保健所の指導に従い、発熱や咳・痰などの症状が見られなくても、一定期間外出を自粛し、発熱等の新型コロナウイルス感染症の症状がでないか健康観察を行う(具体的には保健所等より指示がある)。ご自身に発熱等の諸症状がみられた際には、各自治体等で定められた手順に従って速やかに検査、治療を受けるようにする。

同居している人とは、寮など同じ施設内で共同生活をしている場合も含まれる。共同生活では物を介した感染(接触感染)も懸念されるため、濃厚接触者でないと判断された場合でも、水泳活動を行うにあたり関係者に報告・相談する必要がある。

6. 強化育成等カテゴリとそれぞれの対応

(アラート レベル フェーズ段階的な再開に向けてAlert LevelとPhase)

ここでは、当連盟事業として利用する施設と強化育成等カテゴリについて記載している。強化育成選手等であっても、所属など個人が利用する施設などでの利用や対応は、それぞれの施設等の方針に従う。また、このガイドラインにある留意事項などを踏まえて対応をすること。

(1) トップアスリート(強化 S～育成 S)

利用施設: ハイパフォーマンススポーツセンター(以下 HPSC と略す)

*別添「HPSCにおける段階的なスポーツ活動のための Alert Level(警戒レベル)とトレーニング Phase(段階)」参照

① 利用時の対応(スタッフも同様)

トレーニングで入館するアスリートならびに指導者等において、利用当日に以下の事項に該当する場合は、利用は制限する。

- ◆ 体調がよくない場合(例:発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合)
- ◆ 同居している人や身近な知人に感染が判明した、または疑われる者がいる場合
- ◆ 新型コロナウイルス感染症陽性となった者と濃厚接触がある場合

- ◆ 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、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

※施設入場時ならびに練習前に平熱以上の発熱がある場合、利用を断ることがある。

※利用に先立ち、問診票や体温等記録用紙の提出が必要。

※同居している人とは寮など共同生活をしている場合も含む

② 利用時の注意事項

- ◆ 利用者はマスクを持参する(受付時や着替え時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)。
- ◆ こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を行う。
- ◆ 他の参加者、スタッフ等との距離(できるだけ 2mを目安に最低1m)を確保する。
- ◆ 利用中に大きな声で会話、応援等をしない。
- ◆ 感染防止のために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。
- ◆ 利用終了後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は、感染症対策部会に速やかに濃厚接触者の有無等を含めて報告する。
- ◆ 発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある人は利用しない。
- ◆ トレーニングで入館するアスリートならびに指導者(スタッフ、パーソナルスタッフ、介護者等)以外の連盟の関係者(会議出席者、その他の訪問者)の入館に際しては、以下の事項を記載した書面の提出を施設側より求められる。 ※別添「【JPSF】HPSC 利用時間診票と体温等記録用紙」または【JPSF】HPSC 訪問者用健康チェックシートにて代用ができる。

(ア) 氏名、年齢、住所、連絡先(電話番号)

(イ) 利用当日の体温

(ウ) 利用前2週間における以下の事項の有無

(エ) 平熱を超える発熱

(オ) 咳(せき)、のどの痛みなど風邪の症状

(カ) 息苦しさ(呼吸困難)

(キ) だるさ(倦怠(けんたい)感)、体が重く感じる、疲れやすい等

(ク) 下痢や吐き気または頭痛がある

(ケ) 鼻汁・鼻閉がある

(コ) 嗅覚や味覚の異常

(サ) 同居している人や身近な知人に感染が判明した、または疑いのある者がある場合

(シ) 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

(ス) 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 施設利用者の中で体調不良者が発生した場合

当日の責任者は直ちに感染症対策部会委員長とチームドクターグループに相談するとともに、該当選手のトレーニングを中止する。必要に応じて施設内における活動を全体的に中止する。

必要に応じてスポーツメディカルセンター又は外部医療機関を受診させる。または必要に応じて該当者を退館させる。

④ 練習用具、測定機器、共用部分の消毒

0.05%次亜塩素酸ナトリウム液またはアルコール消毒液にて練習に使用した用具、測定機器等を消毒する。

⑤ 換気

テクニカルルーム(以下「TR」という)の換気を随時行う。尚、プールや更衣室の換気は施設側で行われている。

⑥ メディカルチェックについて

- ◆ 初回利用の2日前までに、【JPSF】HPSC 利用時間診票、直近2週間の体温等記録用紙をメールにて感染症対策部会に提出する。
- ◆ 【JPSF】HPSC 利用時間診票等は当連盟ドクターが内容を確認し、問題がなければ施設の利用ができる。別途メディカルチェックが必要な場合は、選手にその旨の連絡がある。
- ◆ 各 Phase に移行する毎に体温等記録用紙を提出し、問題がなければ次の Phase がスタートできる。
- ◆ 毎練習前に、TR 前にて、検温と SpO₂ の測定ならびに体調の確認を行う。
- ◆ Phase-3 までは練習中の心拍を自分でモニタリングし、練習後に TR スタッフに状態を報告する。

⑦ フィットネスチェックについて

各 Phase の1週目に、トレーナーの指定したフィットネスチェックを行う。

- ◆ Phase-2: 自粛期間中の活動低下を確認するために①体重と体脂肪、②片脚立ち上がりテスト、③握力、④姿勢の撮影、⑤その他障害特性と必要に応じて、測定を実施する。
- ◆ Phase-3: 本格的なスイムトレーニングに移行できるかを①～③と⑥プッシュテストにて確認する。
- ◆ Phase-4: 必要に応じて①～⑥の測定と、⑦周径の計測を行う。

⑧ メンタルヘルスチェックについて

- ◆ 初回利用日の2日前までに、メンタルヘルスチェック表をメールにて健康診断担当者に提出する。
- ◆ 当連盟ドクターが内容を確認する。別途メンタルヘルスチェック等が必要な場合は、選手にその旨の連絡がある。
- ◆ 強化指定選手は、必要に応じて JISS の心理サポートを受けることができる。

⑨ 活動再開における各 Phase (段階)の考え方

複数の競技団体が施設を共有することを考慮すると完璧な線引きを設けることは困難ではあるが、基本的に考慮すべき項目として、新型コロナウイルス感染拡大状況に伴う警戒レベル (Alert Level)とトレーニングの段階 (Phase)を区別する必要がある。Alert Level と Phase については、HPSC の基本的な考えを基に Alert Level は以下の3段階とする。

Alert Level A
緊急事態宣言(特定地域指定)が出されている時期 (HPSC 閉鎖・東京都ステップ 0)
Alert Level B
緊急事態宣言は解除されたが引き続き警戒が必要な時期 (HPSC 段階的再開・東京都ステップ 1～3)
Alert Level C
新しい生活様式を踏まえた通常状態 (HPSC 通常再開・新しい生活様式)

占有施設と共有施設で考慮すべき項目として、各施設が持つ特性を考慮したトレーニングの段階 (Phase)を区別する必要がある。各 Phase におけるトレーニング環境について、感染拡大防止に視点を置いた設定が必要となる。Phase の初期は他者との距離(できるだけ 2mを目安に最低

1m)を必ず確保し、スタッフの数も最小限とする。器具の利用、共有も制限する。次の Phase へ移るには、2週間程度の段階を踏むことを基本とする。

これに沿って、トレーニングの Phase を、以下の5段階とした

Phase-1	自宅等でのホームエクササイズや個人トレーニングの時期
Phase-2	HPSC の施設を利用した、単独でのトレーニングで、共用の設備や機器を使わない時期
Phase-3	共用の施設や設備などを使用したトレーニングで、選手同士の接触は開始しない時期
Phase-4	数名の選手で合同のトレーニングを実施し始め、Alert Level-C においては通常利用とする時期
Phase-5	合宿や団体でのトレーニングを実施し始める、通常のトレーニング時期

各 Phase についての詳細は、別添「HPSC における段階的なスポーツ活動のための Alert Level(警戒レベル)とトレーニング Phase(段階)」参照

(2)次世代事業の対象選手

次世代事業の対象選手の日常練習は、各拠点のガイドラインと指示を遵守してトレーニングを行う。外部指導者による直接指導は、各拠点のガイドラインと指示を遵守して行う。

(3)育成 A・B、発掘選手

段階的なトレーニング再開については、前項のトップアスリート向けの内容を参考に指導者とよく相談して取り組む。相談できる指導者がいない場合には、当連盟の育成事業担当者(森井)、発掘事業担当者(本山)へ相談する。

日常練習においては、利用する施設のガイドラインに従い、感染防止策を十分に講じて感染予防、感染拡大防止に努めた上で段階的に再開する。

(4)J-STAR 対象選手

活動再開に関しては日本スポーツ協会の指示ならびに、このガイドラインに従って感染予防対策を行ったうえで実施する。

居住地指導においては利用する施設を出来るだけ限定し、実施する。その際は利用する施設のガイドラインを遵守する。

段階的なトレーニング再開については前項のトップアスリート向けの内容を参考に当連盟スタッフ、居住地指導者の指示に従い取り組むこと。

(5)一般選手

このガイドラインを参考に、ご自身の基礎疾患や障害の特性等を踏まえ、感染予防の上、段階的に再開すること。

7. 当連盟の事業参加後に感染症発症または濃厚接触者と判明した場合の対応

当連盟の練習会や合宿参加後、2週間以内に新型コロナウイルス感染症を発症、または濃厚接触者と判明した場合、すみやかに、その事業の責任者へ連絡すること。

事業責任者は状況を確認後、すみやかに感染症対策部会に連絡すること。感染症対策部会はチームドクターと連携の下、所管の保健所等と協力連携の上、感染が判明した場合は次の対応を行う。

- ◆ 感染者の濃厚接触者の特定
- ◆ 利用施設への連絡等
- ◆ 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会等上位団体への連絡
- ◆ 感染者のプライバシーに配慮して当ホームページに公表

※詳細は危機管理:「事業中の体調不良・感染症等の対応」参照

以上

参考・引用文献

1. 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:「スポーツ再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」(令和2年5月29日改訂)、
https://www.jsad.or.jp/news/detail/20200529_002159.html
2. 公益財団法人日本障がい者スポーツ協会:「スポーツイベント開催・実施時の感染拡大防止策チェックリスト」(令和2年5月22日改訂)、https://www.jsad.or.jp/news/detail/20200529_002159.html
3. 厚生労働省、新型コロナ感染症専門家会議:「新型コロナ感染症の状況分析・提言」(令和2年5月14日)、https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00093.html
4. 厚生労働省:「新しい生活様式」(令和2年5月4日、6月19日改訂)、
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html
5. 独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンスセンター、公益財団法人日本オリンピック委員会、日本パラリンピック委員会:「新型コロナ感染症(COVID-19)対策としてのスポーツ活動再開

ガイドライン(国際競技力強化版))(令和2年5月20日)、

<https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/Portals/0/katudousaikaiguide.pdf>

6. 独立行政法人日本スポーツ振興センターハイパフォーマンスセンター:「今後の活動再開に向けた段階的準備の考え方」(令和2年5月20日)、
https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/Portals/0/dankaitekijunbi_0520.pdf
7. 独立行政法人日本スポーツ振興センター:「ハイパフォーマンスセンター施設利用時の感染防止策」(5月27日更新)、<https://www.jpnsport.go.jp/hpsc/Portals/0/kansenboushisaku.pdf>
8. 日本障がい者スポーツ協会医学委員会:「障がい者アスリートのための新型コロナ感染症予防」(令和2年5月15日)、<https://www.jsad.or.jp/news/パラアスリートのためのコロナウイルス感染症予防について.pdf>
9. 厚生労働省:「都道府県宛て通知ならびに社会福祉施設等に際する「新型コロナ感染対策 身の回りを清潔にしましょう」」(令和2年5月31日)、
<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000614437.pdf>
10. 一般社団法人日本スイミングクラブ協会:「スイミングクラブにおける新型コロナウイルス感染拡大予防のためのガイドライン」(令和2年5月18日)、http://www.sc-net.or.jp/pdf/COVID19_Guidelines.pdf
(令和2年8月20日改訂)、<http://www.sc-net.or.jp/>
11. 公益財団法人日本水泳連盟医事委員会:「水泳活動における COVID-19 対策の留意点」(2020年6月3日)、http://www.swim.or.jp/upfiles/1591161290-20200603_about_COVID19.pdf
12. 国立感染研究所 感染症疫学センター:「新型コロナウイルス感染患者に対する積極的疫学調査実施要領」(令和2年4月20日)、<https://www.niid.go.jp/niid/images/epi/corona/2019nCoV-02-200420.pdf>
13. 厚生労働省:「新型コロナウイルスの消毒、除菌方法について」(令和2年6月26日)
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/syoudoku_00001.html