

令和2年5月30日

新型コロナウイルス感染症対策運用ガイドライン

(公社) 日本パワーリフティング協会 会長 古城資久

新型コロナウイルスの感染に配慮し、大会開催における運用ガイドラインを以下に示します。主催者、主管協会はガイドラインの遵守を心掛けて下さい。

なお、このガイドラインは状況に応じ適宜改正いたします。

全般：

1. 選手、補助員、会場進行係、審判、陪審員等会場に入場する全ての人はマスクを着用し、手洗いをまめに行ってください。但しウォームアップ中、試技中の選手においてはマスク着用は可能な範囲で結構です。
2. 選手、補助員、会場進行係、審判、陪審員等は以下のような事例があった場合は参加を見合わせて下さい。
 - a. 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）
 - b. 同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる、若しくは感染が疑われる人と接触した場合
 - c. 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

大会会場：

1. 入場時に検温および手のアルコール消毒及を行い、当日の体調を報告してください(名簿に記録を残す)。体温が 37.5 度以上の場合は入場できません。
2. 手でドアノブに触れないで良い様に会場のドアは開放しておいてください。
3. 窓は開放してください。
4. 天井に向け大型扇風機等で風を送ってください。
5. ラウンド(グループ)単位で時間的に余裕を持った進行とし、競技の時間帯の選手だけが体育館(競技場)に居るように配慮してください(競技終了後の選手は速やかに帰宅させてください)。
6. 役員席、放送係席は、人の間隔を 2 m 程度開けてください。困難な場合は、臨席を段ボール、ビニール幕等で間仕切りして対応してください。
7. 重量申請カードを使用する場合は、記入後速やかにビニール袋などに入れ廃棄してください。
8. 無観客としてください。

検量：

1. 男女とも3密となる状況で検量を行わないようにしてください。部屋を使う場合は換気に配慮してください。
2. 検量場所には検量する人と選手のみとしてください。
3. 秤は都度消毒用アルコールで拭いてください。消毒用アルコールが手に入らない場合には次亜塩素酸ナトリウム 0.05%液（ハイターあるいはキッチンハイターが良い）で拭いてください。

※次亜塩素酸ナトリウム 0.05%液作成法：ハイターあるいはキッチンハイターは次亜塩素酸濃度が5%なので、1Lの水に10mLを加え混ぜてください。

※原液を目や口に入れない。古いものは使わないでください。

ウォーミングアップ場：

1. 十分な広さを確保し、密集しないようにしてください。
2. 器具（プレートやシャフト）は都度消毒用アルコールで拭いてください。消毒用アルコールが手に入らない場合は次亜塩素酸ナトリウム 0.05%液で拭いてください。
プレート付け替えおよびシャフトクリーニングの専門の補助員を置くことが望ましいです。
3. 次の競技の順番を待つ選手のみウォーミングアップできるようにしてください。
 - ① 順番を待つ選手の間隔は出来るだけ2m程度空けてください。
 - ② フルギア競技で、アップ時にラップ巻き等のセコンドが必要な場合は、順番待ち3人
前の選手のセコンドのみアップ会場に入り、ウォーミングアップを終えたら速やかに退場してください。
4. 選手（フルギアはセコンドも）は可能な限りはマスクを着用してウォーミングアップしてください。

競技ルール：

以下の特別ルールを採用することができます。

1. フルギアの場合はセコンドを1人つけることが出来る。ノーギアはセコンドなしとする。

競技中：

1. 審判、陪審員等全ての役員はマスクを着用してください。選手から手渡された重量申請カードを扱う役員はディスポの手袋を着用してください。
2. 主審はマスク、手袋に加えフェイスシールドを着用し、号令をかける際に飛沫が飛び散らないようにしてください。マイクの使用が望ましいです。

3. 主審と選手の間にビニール幕などを張って下さい。
4. 補助員は全員マスクと滑り止め付き軍手を着用してください。ベンチプレスセンター補助員はフェイスシールドも着用してください。
補助員数は選手の安全を確保したうえで、可能な範囲で少なくしてください。
5. 選手の待機場は出来るだけ2m程度の間隔をもって座れるよう椅子を配置してください。
6. シャフトは都度消毒用アルコールで拭いてください。消毒用アルコールが手に入らない場合は次亜塩素酸ナトリウム 0.05%液で拭いてください。
7. タンマグは使用しないでください。自身で必要とする場合は液体の滑り止めを用意してください。液体すべり止めは、コスチュームチェック時にチェックします。