

組織化された青少年スポーツの実施手順：付録S

有効日：2021年9月1日水曜日

最近の更新：変更は黄色で強調表示されています

9/27/21:

- 郡外からロサンゼルス郡に入るチームは、COVID-19 陰性検査結果を提出することが、必須ではありませんが推奨されています。しかし、衛生担当官命令と本手順のその他の全ての側面に従う必要があることが明確にされました。
- 参加者の間で常時 6 フィートの物理的距離を確保できる調整、またはスキル構築活動の場合、中度、または高リスクのいかなる年齢の選手、コーチ、サポートスタッフ向けのスクリーニング検査は必須ではありません。
- 選手と直接接触しない役割/機能を果たすスタッフ・ボランティアは、検査の必須条件から免除されています。一時的にチームと接触するボランティア（例：ボランティアレフリー）は、毎週の検査を行う必要はありませんが、ワクチン接種証明か、ボランティア日の 3 日以内に受け取った陰性検査結果を提供する必要があります。
- マスクが窒息の可能性をもたらすスポーツへの適応が追加されました。

7月17日及び22日、ロサンゼルス郡衛生担当官は、ビジネスを含むすべての屋内公共施設におけるフェイスマスクの着用を義務付ける内容に改訂した[衛生担当官命令](#)を発令しました。COVID-19の地域における蔓延の増加と、より感染力が高く支配的なCOVID-19ウイルスのデルタ株を考慮した場合、ワクチン接種の有無に関わらず、屋内でのマスク着用は地域におけるCOVID-19の蔓延を遅らせるために不可欠です。COVID-19ウイルスのデルタ株は、過去にロサンゼルス郡（LAC）で流行したウイルス株よりも簡単に伝播します。

公開されたレポートによると、6フィート以上離れた場所にいる人への伝染を含む、感染のリスクを増加する要因は、以下を含みます：

- 呼吸時に放出される呼吸器の飛沫、特に非常に細かい滴とエアロゾル粒子を空気中に蓄積させる、換気や空気調和の悪い閉鎖された場所。
- 感染者が身体運動や声を上げる時（例：エクササイズ、叫ぶ、歌う）に放出される、呼吸器の飛沫の放出が増加される場合。
- これらの状況に長時間曝露される場合。

全てのスポーツアクティビティは、屋内よりも換気が優れているために曝露のリスクが低くなる屋外で行うことが強く推奨されます。屋外にいる人数が10,000人よりも少ない場合、マスク着用は推奨されますが必須ではありません。

以下は、参加者、コーチ、そして地域の安全性を高め、チーム内と競争中にチーム同士でのCOVID-19感染のリスクを軽減するための、青少年スポーツリーグ（学校のスポーツチームを含む）向けの必須条件と最善方法の概要です。検査の必須条件を除き、以下の要件はLACに拠点を置くチーム及びスポーツ活動、そしてLACを訪れるチームまたは競技者に適用されます。

十分な COVID-19 診断検査能力と供給のあることを前提として、**ロサンゼルス郡を拠点とするチームやリーグに対して**、以下に説明するような定期的なスクリーニング検査が求められます。**以下のスクリーニング検査の要件は、検査の利用可能性とアクセスに基づいて変更される場合があります。**さらに、これらの要件は、ロサンゼルス郡公衆衛生局（LACDPH）が地域における高い感染率を報告している間は有効とされ、地域での感染率が低下した際に再度評価が行われます。

本情報に加えて、以下の点に注意してください。

- ❑ 青少年スポーツリーグは、ロサンゼルス郡**衛生担当官命令**及び [ロサンゼルス郡 COVID-19 青少年レクリエーションスポーツプログラムに於ける曝露管理計画のガイダンス](#)に準拠する必要があります。
- ❑ コーチやその他のサポートスタッフを雇用する青少年スポーツリーグも、Cal/OSHA の [COVID-19 予防緊急一時基準](#)（ETS）に準拠する必要があります。
- ❑ 売店を運営する青少年スポーツリーグは、[LACDPH の公衆衛生局の飲食サービス向けベストプラクティスのガイダンス](#)を確認し、それに準拠する必要があります。

必ず[雇用者向けの一般的なガイダンス](#)を読み、それに従ってください。

以下の特定のベストプラクティスは、一般的なガイダンスを補足することを目的としています。

参加者、コーチ、観客向けのマスク規則に従う

- ❑ **各状況に基づいたマスク着用のルール**：マスクを着用することは、COVID-19 の原因となるウイルス、SARS-CoV-2 の拡散を軽減します。10,000 人以下の参加者がいる屋外の設定では、ワクチン接種の有無に関わらず、全ての参加者、コーチ、スタッフ、ボランティア、他者と濃厚接触する観客がマスクを着用することは推奨されますが必須ではありません。全ての屋内の設定と、屋外のメガイベント（スポーツゲーム、パレード、その他の 10,000 人以上の参加者のいるイベント）では、ワクチン接種の有無に関わらずマスクを着用することが必須です。
- ❑ **参加者**：ワクチン接種状況に関係なく、**屋内**にいるときはすべての参加者が**マスクを持参して着用する**ように要請します。青少年スポーツの参加者は、屋内で運動をしているときもフェイスマスクを着用する必要があります。**プレー中にマスクが濡れたり汚れた時のために、練習や試合には 1 枚以上のマスクを持参することを参加者に促しましょう。汗で濡れたマスクは直ちに交換する必要があります。**

米国小児科学会によると、「エクササイズの際にフェイスマスクを着用することは、ほとんどの人が許容できています。」とのことですが、次の場合はマスクを取り外す事が出来ます。

- **飲食中**：参加者は飲食中は一時的にフェイスマスクを取り外すことができます。参加者が飲食中は、**感染者が出た場合に感染のリスクを軽減するため**、他の人から 6 フィートの距離を保つように促してください。
- **ウォータースポーツ**：水泳、水球、ダイビングなど、屋内でのウォータースポーツに参加している人は、水中にいる際と**水中にダイブする前に**、フェイスマスクを取り外すことができます。水中にいない場合は、フェイスマスクを着用する必要があります。
- **体操競技**：器具を使用して練習・パフォーマンスする体操選手は、**マスクが器具に引っかかって窒息の危険となったり、視界を妨げるという理論上の危険性があるため**、マスクを取り外すこと

ができます。床運動中と、体操選手が器具を使用して練習・パフォーマンスしていない場合、マスク着用は必須です。

- **チアリーダー競技**：回転、スタント、跳躍などが関わるパフォーマンスや練習を行うチアリーダーは、マスクが器具に引っかかって窒息の危険となったり、視界を妨げるという理論上の危険性があるため、マスクを取り外すことができます。
- **レスリング**：レスリング接触中は、マスクが窒息の危険となる場合があるため、成人のコーチや監督が安全目的で注意して監視している場合を除き、マスク着用は推奨されません。

- **観客**：ワクチン接種状況に関係なく、屋内にいるときはすべての顧客が**マスクを持参して着用する**ようにしてください。マスクを持参せずに到着した来訪者が利用できるマスクを用意しましょう。
- **コーチ**：ワクチン接種状況に関係なく、屋内にいるときはすべてのコーチが**マスクを持参して着用する**ようにしてください。コーチは、屋内で激しい身体活動をしている場合でもマスクを着用する必要があります。
- **従業員**：青少年スポーツリーグでコーチやその他のサポートスタッフを雇用している場合、雇用主は**要求に応じて、屋内で作業する、または車を共有する COVID-19 のワクチン接種を完了していない従業員に、任意で使用できるように適切なサイズの高性能マスクとマスクを正しく装着できるよう基本的な使用方法を提供しなければなりません。**破損、変形、汚染したり、呼吸が困難になったりした場合は、マスクを交換してください。企業や組織向けの無料または低コストの個人用保護具（PPE）の詳細については、<http://publichealth.lacounty.gov/docs/FreeAndLowCostPPE.pdf> を参照してください。
- ワクチン接種を完了していない可能性のある他の人々と濃厚接触する環境で勤務する従業員には、「二重マスク」（医療用マスクの上に布製マスクを着用）、または高性能マスクのようなより高いレベルの保護用品を提供してください。これは、従業員が COVID-19 に対するワクチン接種を完了していない、またはワクチン接種を完了していても、より高いリスクとなる基礎疾患を持っており、屋内、屋外の混雑した所、または同乗者のいる車内で働いている場合に特に重要です。
- 距離を取ることが現実的でないまたは不可能なスポーツイベントの観客の群衆の中にいる場合を含め、屋外の混雑したスペースや場所でのマスクの着用が推奨されます。10,000 人以上が参加するスポーツイベントでは、飲食の最中を除き、すべての観客と従業員が常時マスクを着用する必要があります。

ワクチン接種を受ける

- 12 歳以上のすべての学生アスリート、コーチ、チームスタッフは、ワクチン接種を完了することが強く推奨されます。12 歳以上のすべての人は、COVID-19 の原因となるウイルスに対するワクチン接種を受けることができます。ワクチン接種は、COVID-19 感染症への負担を軽減し、地域のすべての人々を保護するために主要な戦略です。青少年スポーツリーグ内のすべてのアスリートとスタッフがワクチン接種を完了することで、チームメイト間およびチーム間でのウイルス感染のリスクが大幅に減少し、重篤な病気、入院や死亡に至ることを防ぐための優れた保護が提供されます。また、ワクチン接種完了者は、症状が無く、検査で陰性である限り、COVID-19 感染者と濃厚接触しても、検査を行う必要がないため、チーム活動を中断する状況も減少します。
- 青少年スポーツリーグ、チームの運営者、またはコーチは、すべてのアスリートとスタッフ/コーチ/ボランティアのワクチン接種状況と毎週の COVID-19 検査コンプライアンスの記録を保管する必要があります。ワクチン接種完了を示す証明書のコピーや検査結果のコピーを保管する必要はありません。

症状のスクリーニングを行い、隔離する

- ❑ 青少年のスポーツ活動に参加する前に、参加者と家族に COVID-19 の症状について自己スクリーニングするように要請します。
- ❑ [標識](#)を掲示して、すべての人に、COVID-19 の症状がある場合、もしくは隔離または検疫命令を受けている場合は施設内に立ち入らないように促してください。
- ❑ 青少年スポーツプログラムは、COVID-19 の症状のある参加者、コーチ、または観客を除外または隔離する必要があります。
 - 青少年スポーツ活動中に COVID-19 症状を示し始めた参加者を、他の参加者、コーチ、観客から隔離するための措置を講じます。
 - COVID-19 の症例が確認された場合、[LACDPH の職員](#)、スタッフ、および家族に直ちに通知してください。

特に屋内での混雑を減らす

- ❑ 可能な限り COVID-19 感染のリスクがはるかに低い屋外で青少年スポーツ活動を行ってください。
- ❑ 青少年スポーツ活動を屋内で行う必要がある場合は、屋内エリアの参加者、コーチ、観客の数を減らすための措置を講じてください。
- ❑ 物理的距離の実行は感染管理のベストプラクティスであり、COVID-19 の蔓延を軽減する追加の安全対策です。練習中は、参加者やコーチングスタッフ間の持続的な直接接触を伴わない活動を奨励し、屋内環境でのそのような活動を制限します。代わりに、スキル構築活動に焦点を当てることを検討してください。
- ❑ 常にトイレやロッカールームを使用する参加者の人数を制限することを検討してください。
- ❑ チームの食事会やその他の社交活動など、運動以外のチームの行事は、間隔を取ることのできる屋外で開催できる場合にのみ行ってください。

定期的な COVID-19 のスクリーニング検査を行う

COVID-19 の原因となるウイルスは、ワクチン未接種者に感染する可能性が高いものの、ワクチン接種を完了している青少年スポーツリーグのどのメンバーにも感染する可能性があります。感染者の誰もが、ウイルスを他の人に感染させる可能性があります。感染者を正確に特定し、迅速に隔離するための 1 つの戦略として、PCR などの核酸増幅検査 (NAAT) または抗原 (Ag) 検査を使用した COVID-19 の定期的な定期スクリーニング検査が挙げられます。CDC は、感染率の高い地域で、ワクチン未接種の青少年スポーツ参加者全員に対して少なくとも毎週検査を実施することを推奨しています。利用可能な検査の種類を含む検査に関する一般的なガイダンスと推奨事項は、[患者向け検査情報](#) ページから入手できます。

- COVID-19 に対するワクチン接種を完了¹している、または過去 90 日以内に検査機関で確定した COVID-19 感染から回復/隔離を完了した証明書を提示する人は、無症状の場合、定期的な COVID-19 スクリーニング検査に含めないでください。過去に COVID-19²に感染したことがあるワクチン接種未完了者に対するスクリーニングは、症状が初めて現れた日、または（無症状の場合）初めて陽性と判定された検査の検体採取日の 90 日後から開始する必要があります。
- いずれかの青少年スポーツチームで確定症例が特定された場合は常に、[青少年スポーツ向け曝露管理計画](#)に記載されている指示事項に従い、ワクチン接種を受けていないすべての濃厚接触者を、症状のあるワクチン接種を受けている濃厚接触者とともに[検査](#)させるようにします。
- 青少年スポーツリーグ、チーム運営者、またはコーチは、すべてのアスリートとスタッフ/コーチ/ボランティアのワクチン接種状況、毎週の COVID-19 検査コンプライアンス、及び COVID-19 症例に晒された後に行われた検査の記録を保持する必要があります。ワクチン接種完了を示す証明書や検査結果のコピーを保管する必要はありません。
- ロサンゼルス郡で高い地域感染が発生している現在、以下の検査の要件は、参加しているすべてのアスリートとスタッフ/コーチ/ボランティアに適用されます。COVID-19 に対するワクチン接種を完了している、または過去 90 日以内に検査機関で確定した COVID-19 感染から回復/隔離を完了した証明書を提示する人は、無症状の場合、定期的な COVID-19 スクリーニング検査に含めないでください。過去に COVID-19 に感染したことがあるワクチン接種未完了者に対するスクリーニングは、症状が初めて現れた日、または（無症状の場合）初めて陽性と判定された検査の検体採取日の 90 日後から開始する必要があります。どのスポーツがどのリスクカテゴリーに属するかの場合については、以下の表を参照してください。
 1. 全年齢層の子供及びスタッフ/コーチ/ボランティア向けの屋内での中程度または高リスクのスポーツ。競技をする子供やスタッフ/コーチ/ボランティアを含む、ワクチン接種未完了者の参加者全員は、毎週陰性の検査結果が求められます。学校に於ける毎週の検査はこの要件を満たします。ワクチン未接種の参加者には、週に 2 回の検査が強く推奨されます。
 2. 12 歳以上の青少年及びスタッフ/コーチ/ボランティア向けの屋外での中程度または高リスクのスポーツ。競技をする 12 歳以上の子供やスタッフ/コーチ/ボランティアを含む、ワクチン接種未完了者の参加者全員は、毎週陰性の検査結果が求められます。学校に於ける毎週の検査はこの要件を満たします。
- 屋外でのスポーツを行う 12 歳以下の青少年は、スクリーニング検査の必要はありません。バス/バンで定期的と一緒に移動する 12 歳以下の[中度から高リスクのスポーツチームに参加する選手は](#)、毎週陰性の検査結果を得ることが推奨されます。学校で行われる毎週の検査はこの義務の対象となります。

¹ 「ワクチン接種完了」の証明として、以下が認められます。1) 参加者の写真付き身分証明書、及び 2) ワクチン接種カード（ワクチン接種を受けた人の氏名、提供された COVID-19 ワクチンの種類、最終接種日が記載されている）、または、別の書類としての参加者のワクチン接種カードの写真、または、携帯電話または電子機器に保存されている参加者のワクチン接種カードの写真、または、医療従事者から出されたワクチン接種完了を示す書類（接種を受けた人の氏名を含み、参加者が COVID-19 に対するワクチン接種完了していることを確認するもの）。本手順書の目的上、以下の場合、COVID-19 に対して「ワクチン接種完了」と見なされます。ファイザーやモデルナ製ワクチンなどの 2 回の接種を要する COVID-19 ワクチンの 2 回目の接種から 2 週間以上経過している、ジョンソン&ジョンソン (J&J) / ヤンセン製ワクチンなどの COVID-19 ワクチンの単回接種後 2 週間以上経過している、または、世界保健機関（アストラゼネカ / オックスフォード製など）が緊急使用のためにリストにあげている COVID-19 ワクチン接種の必要接種回数後 2 週間以上経過している場合。WHO 認定の COVID-19 ワクチンの詳細については、WHO の[ウェブサイト](#)をご覧ください。

² 過去の COVID-19 感染（以前のウイルス検査で陽性結果）及び過去 90 日以内の隔離の完了の証明として認められるものは以下の通りです。写真付き身分証明書、及び、前日 10 日間を除く、過去 90 日以内に実施された COVID-19 抗原検査または PCR 検査で陽性結果を示す書類のコピー、もしくは携帯電話または電子機器に保存したデジタルコピー。参加前に、[隔離要件](#)を完了している必要があります。

- 複数の郡から複数日行われる中度から高リスクの屋外でのスポーツ競技に参加する選手が12歳未満の場合、競技会の最初のゲームの3日間の窓口期間³内に陰性検査を受けることが推奨されます。
- チームが参加者間に常時6フィートの物理的距離を確保できる調節的、またはスキル構築活動のみを行う場合、中度から高リスクのスポーツチームのいかなる年齢の選手、コーチ、サポートスタッフに対するスクリーニング検査が必須ではありません。この免除は、練習時間中に濃厚接触が起こる活動を行わず、協議の試合が行われない期間のみに適用されます。特定の日に完全な練習や競技の試合が行われる場合、その練習が調節的、またはスキル構築活動のみを含む場合も、検査の必須条件の対象になります。
- 屋外スポーツに参加するワクチン接種を完了している青少年は、競技者、コーチ、及び/またはスタッフの中に陽性者がいない限り、毎週検査を行う必要はありません。陽性症例が出た場合、すべての競技者、スタッフ/コーチ/ボランティア（ワクチン接種状況に関係なく）は、感染者に晒されてから2週間は、毎週の検査で陰性、かつ競技の前に検査で陰性である必要があります。
- 選手、コーチ、その他のスタッフと直接接触する役割や機能を持たないチームスタッフ/ボランティア（例：チームやリーグの運営の援助をしているが青少年やその他のチームメンバーと直接作業をしない人）は、検査の必須条件から免除されます。
- 選手、コーチ、その他のスタッフと直接接触することが非常に制限されている一時的なボランティア（例：シーズン中に1度か2度しかその役割を果たさないボランティアレフリーや審判）に対する毎週のスクリーニング検査は必須ではありませんが、COVID-19に対するワクチン接種を完了していることの証明、またはボランティア活動の3日前以内に行われた検査の陰性結果の証明を提供する必要があります。

換気する

- 青少年スポーツ活動を屋内で行う場合は、建物の暖房、換気、及び空調(HVAC)システムが正常に機能していることを確認してください。
- ポータブル高効率空気清浄機の設置、建物の空気フィルターを可能な限り最高効率のものへアップグレード、外気量を増やしすべての作業エリアの換気を増やすためにその他の変更を加えることを検討してください。
- 天候や労働条件が許す場合、窓やドアを開けて外気を増やします。扇風機を使用して、開放した窓の効果を高めることを検討してください。窓に扇風機を設置して、空気を内側ではなく外側に出します。
- 屋外の換気を増やすことができない場所では、収容人数を減らしてください
- チームまたは青少年スポーツリーグがバスやバンなどの搬送車両を利用する際、安全な場合は窓を開けて外気の流入を増やすことが推奨されます。
- 州の[屋内環境に於ける換気、空気濾過、及び空気質に関する暫定的なガイダンス](#)及び CDC の[学校および児童ケアプログラムにおける換気](#)をご覧ください。

³ 3日間の窓口期間は、チーム対抗競技会の3日前です。72時間ではなく3日の時間枠により、アスリートやスタッフへの柔軟性が高まります。3日間の窓口期間を使用することにより、検査の有効性は、競技の時間や検査が実施された時間に依存しません。たとえば、競技が金曜日の午後1時に行われる場合、アスリートまたはスタッフは、その前の火曜日以降の任意の時点で実施された検査の陰性結果を示すことで競技に参加することができます。

手洗いを支持する

- 手洗いステーションまたは手指消毒剤を入口と屋外の共同トイレに設置し、使用を促す標識を掲示します。
- 頻繁な手洗いを奨励します。

コミュニケーションを図る

- 施設を訪れる来訪者に、すべての人に対する屋内でのフェイスマスク着用の義務付けを含む、その場での方針を通知する [標識](#) を掲示してください。
- オンラインによる発信を使用して、COVID-19 に関する安全方針を一般市民に伝えることができます。

遠征試合と複数チームの参加するトーナメントに関して追加の予防措置を講じる

- 同一世帯以外の青少年スポーツチームのメンバーと一緒に車で移動する場合、移動中はマスクを着用し、窓を開けたままにしてください。これには、自家用車で相乗りする場合も含まれます。
- イベントのためにロサンゼルス郡外を旅行する場合は、[旅行勧告とガイダンス](#) を遵守してください。
- 宿泊を伴う旅行をする場合、同一世帯以外のチームメンバーは異なる部屋に宿泊し、他のメンバーのホテルの部屋を訪ねる場合は常にマスクを着用することが推奨されます。
- 他のチームとの交流は避けることを強く推奨します。

パンデミック中のスポーツに関連するリスクを理解する

ゴルフやシングルのテニスなどの、競争相手から 6–8 フィートの距離を保つことのできるスポーツや身体活動は、バスケットボールやレスリングなどの、頻繁な濃厚接触を必要とするスポーツよりも低リスクです。クロスカントリーなどの、選手が器具を共有しないスポーツは、フットボールなどの、選手が器具を共有するスポーツよりも低リスクです。他の選手との曝露が制限されている選手は、より安全となります。例えば短距離競争などは、他の選手と長時間（試合時間の半分など）濃厚接触をするスポーツよりも低リスクです。

選手が訓練、練習、競技を行う場所もリスクに影響を及ぼします。可能な限り、スポーツやクラスを屋外の施設で行うようにしましょう。COVID-19 は換気の悪い閉鎖された屋内で拡散する可能性が増加します。特にスポーツや身体活動が、濃厚接触、器具の共有、他の選手への曝露を含む場合、屋内でのスポーツはより高リスクとなります。

より多くの人と接触するにつれ、COVID-19 への曝露の機会が増加します。小さなチーム、練習グループ、またはクラスは、他のチーム、コーチ、指導者達と混ざり合うよりも安全です。これは、COVID-19 の感染発生があった場合に個人に連絡しやすくなります。

移動の多いチームより、地域内で行われるものに参加する方が安全です。COVID-19 の症例がより多い場所に行くことは、感染と拡散のリスクを増加する可能性があります。移動の多いチームは、他の選手と接触することも多いため、選手がより多くの人に曝露されることとなります。

表 1. リスクレベルで層別されたスポーツの例

低リスク	中程度のリスク	高リスク
<ul style="list-style-type: none"> • アーチェリー • バドミントン（シングル） • バンド • サイクリング • ボッチ • ボウリング • コーンホール • クロスカントリー • カーリング • ダンス（接触なし） • ディスクゴルフ • ドラムライン • 一度に1名のみが参加する乗馬イベント（ロデオを含む） • ゴルフ • 体操 • アイススケートとローラースケート（接触なし） • ローンボウリング • 武道（接触なし） • 体カトレーニング （例：ヨガ、ズンバ、太極拳） • ピックルボール（シングル） • ボート/クルー（1名） • ランニング • シャッフルボード • スキート射撃 • スキーとスノーボード • スノーシューイング • 水泳とダイビング • テニス（シングル） • 陸上競技 • ウォーキングとハイキング 	<ul style="list-style-type: none"> • バドミントン（ダブルス） • 野球 • チアリーディング • ダンス（断続的な接触） • ドッジボール • フィールドホッケー • フラッグフットボール • キックボール • ラクロス（女子） • ピックルボール（ダブルス） • スクワッシュ • ソフトボール • テニス（ダブルス） • バレーボール 	<ul style="list-style-type: none"> • バasketボール • ボクシング • フットボール • アイスホッケー • アイススケート（ペア） • ラクロス（男子） • 武道 • ローラダービー • ラグビー • ボート/クルー（2名以上） • サッカー • 水球 • レスリング