

コロナ感染症下でのウォーキングイベント開催に関する感染拡大予防ガイドライン

第 4 版

2022 年 5 月 30 日
一般社団法人日本ウォーキング協会

1. 始めに

新型コロナウイルス感染症の史上最大の第 6 波もようやく収束の方向に向かいつつあります。とはいえ、1 日の全国の感染者数が数万人と言う高い水準にあることも事実です。一方で、ワクチン接種は 3 回目がほぼ終わり、6 月からは高齢者を中心とした第 4 回目の接種も始まります。政府は、6 月から 1 日に入国する外国人の数を 1 万人から 2 万人に増やす予定です。また、6 月 10 日からはほぼ 2 年ぶりに観光目的の外国人の入国も認める方針を打ち出しました。マスクの着用に関する規制も、戸外では近距離での長時間の会話をしない限り着用の必要はないという方向に緩和をされつつあります。私達が新型コロナウイルス感染症への対応の仕方を学んできていると同時に、ワクチンの接種や治療薬の開発などが進み、その結果として、経済活動も徐々に旧に復して来ています。即ち、私たちには「感染症予防と経済社会活動の両立を図ること」及び「新しい日常を定着させること」が求められています。ウォーキングイベントの開催については、感染の大波を避けながらこの 2 年、当初は小規模イベントから始まって、昨年 11 月には日本最大規模の日本スリーデーマーチが開催され、無事終了しました。幸いにして今までに、ウォーキングイベント由来の感染の報告は全くありません。ウォーキングイベント自身は、出発式や一斉スタート等の 3 密を回避したウォーキングすることに特化したイベントは決して感染リスクの高いものではありません。しかし、実施する上では、当然、感染予防対策を十分に施すことが求められます。

そこで、5 月に内閣府の「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」においてマスク着用に関する規制が緩和されたことを反映して「コロナ感染症下でのウォーキングイベント開催に関する感染拡大予防ガイドライン」を改定し、ここに第 4 版をお届けします。開催を検討する上で参考にして頂ければ幸いです。

尚、新型コロナウイルスは次々と変異種が出てくるなどまだまだ未知の部分が多く、感染を防止するための方策についても、必ずしも十分に科学的な知見が集積されている訳ではありません。このため、本ガイドラインは、現段階で得られている知見等に基づき作成しています。今後の知見の集積及び各地域の感染状況を踏まえながら、逐次見直しをすることがあり得ることに御留意下さい。

新型コロナウイルスとの戦いは長期に及び、終息までには数年掛かるとの見通しで、その間に次々と感染拡大の波が来ることが予想されます。また、特に中大規模のウォーキングイベントは、屋外が主体で開催されるとはいえ、参加者が全国から集まり、従来のやり方では所謂 3 密、「密閉」「密集」「密接」の内の「密集」と「密接」は避けられません。更に、参加者は、感染すれば重症化の可能性の高い高齢者が圧倒的多数を占めていることを常に念頭に置き、くれぐれも集団感染の舞台とならないよう、開催に当たっては細心の注意を払って頂けるようお願い致します。ウォーカーやスタッフ、並びに地域住民の皆さんの健康と安心を担保することは、イベント開催者としての社会的責任であることを充分に理解して頂いた上で、開催に向けた準備をして頂けるようお願い致します。

また、開催の是非については随時「指針」という形でお知らせしていますので、こちらも参考にして下さい。

2. ウォーキングイベントの開催に当たっての基本的考え方について

ウォーキングイベントの開催に当たっては、政府の改正基本的対処方針等に基づくことは当然ですが、その上でウォーキングイベントが開催される会場並びにコース沿線の都道府県や市町村の方針に従うことが大前提です。また、地元住民の理解を得ることも重要です。開催や実施の判断に迷われた際は、開催地や施設が所在する都道府県のスポーツ主管課や衛生部局等への相談をお願いします。

尚、現状における JWA の考え方は、以下の通りです。

ウォーキングイベントは、人の密集する出発式や一斉スタートなどを除くと、本質的に感染機会と言われる、いわゆる三密が発生する機会のないイベントです。即ち、ウォーキングに特化したウォーキングイベントは、感染リスクの低いものです。このことは、コロナ感染が発生して以来の、小規模な月例会から大規模で 5,000 人余の参加者を集めた日本スリーデーマーチ等の多くの事例で実証されています。現在までに、ウォーキングイベントが原因となったコロナ感染は全く報告をされていません。一方、コロナ下での長期に及ぶ引き籠り生活に起因する肥満、体力・筋力減退、免疫力低下、うつ症状者の激増等の健康二次被害の予防には、戸外における軽度の運動をすることが望ましく、中でもウォーキングは最も適したものと考えられます。

このような認識から、当協会としては、ウォーキングイベントは、感染リスクの高いイベントではない上に、コロナによる健康二次被害の解決の有力な一手段になるので、**緊急事態宣言やまん延防止等重点措置の発令下を除いては開催を妨げるものではない、しかし、開催に際しては、感染防止の観点で細心の注意を払って行わなければならない、と**考えています。

3. ウォーキングイベント開催・実施時の感染防止策について

ウォーキングイベント開催・実施に際して、政府の基本的対処方針等に基づき、参加者や運営スタッフがウォーキングイベントに安全・安心に参加できるよう、また、開催地住民の方々の安全・安心を担保できるよう、運営に当たる主催者が留意すべき事項を感染防止策として取りまとめました。ウォーキングイベントの主催者は、以下の内容を踏まえつつ、各地方の特性や参加者の特性等を勘案した事項を追加して、感染防止のため自らを実施すべき事項や参加者が遵守すべき事項をあらかじめ整理することが求められます。また、各事項については、チェックリスト化し、運営関係者全員が共有すると共に、適切な場所(イベントの受付場所等)に掲示し、各事項がきちんと遵守されているか定期的に巡回・確認することにより、参加者を含む関係者全員が感染しないよう取り組むことが大切です。

(1)ウォーキングイベントの運営形態(方式)

従来のウォーキングイベントは、

- ① 集合時刻(集合時間帯ではなく)が規定されている
- ② 全員の出席の下で出発式(説明式)を執り行う
- ③ 出発式に付属してウォーミングアップ体操を全員で行う
- ④ 一斉スタート
- ⑤ コース途中でのチェックやおもてなし
- ⑥ ゴール後の参加／踏破距離の認定
- ⑦ アトラクションを行う
- ⑧ 歓迎パーティや懇親会を行う

と言った形態の下で実施されてきました。新型コロナウイルスへの感染予防の観点から、当面のウォーキン

イベントにおいては、次の形態を推奨します。

ア 集合場所は十分に広い場所を確保し、集合時刻ではなく集合時間帯で指定する。

イ 全員参加の出発式やウォーミングアップについては、従来取り止めに推奨してきたが、マスク着用規制緩和を受け、実施も可とし、屋外での実施の場合は、マスクの着用なく実施するも可とする。一方、室内における実施ではマスクの着用を推奨する。但し、いずれの場合も、参加者が大きな声で話をするなどの行為をしないよう充分注意をすること。また、スタートについても第 3 版までは一斉スタートを避けることにしていたが、スタートゲートに密集するような状況を作らない方法を採用すれば一斉スタートも可とする。

尚、交差点などでの団子状態になる恐れがある場合には、時間差をつけてスタートさせる、或いは 20~30 名ずつにまとめて 2 分おきにスタートさせる等のスタート統制を行う。

ウ コース途中でチェックポイントでは、チェックの確認窓口を多くするなどの 3 密を防ぐ方法を採用。また、対面による接待は極力行わない。

エ ゴール後は速やかに流れ解散をするものとし、アトラクション、歓迎パーティ、懇親会など、3 密になりやすい行事は行わない、或いは確実に 3 密状態を避けられる形で行う。

(2)参加募集時の対応

ウォーキングイベントの主催者は、参加募集に際し、感染拡大の防止のために、事前に運営者並びに参加者が遵守すべき事項を明確にしなければなりません。運営上遵守することにした感染予防対策については HP 等で公開することをして下さい。また、参加者が遵守すべき事項については、募集パンフレットや HP 上の募集案内の中で明記して協力を求めることが必要です。これを 遵守できない参加者には、他の参加者の安全を確保する等の観点から、イベントへの参加を取り消したり、途中退場を求めたりすることがあり得ることを周知することも必要です。

ウォーキングイベントの主催者が参加者に求める感染拡大防止のための措置としては、以下のものが挙げられます。

- ① 以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせる事(イベント当日に書面で確認を行う。)。
 - ア 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)
 - イ 最近味覚障害を感じている場合
 - ウ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる場合
 - ウ 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
- ② 確実に連絡がつく連絡先を記入させる
- ③ マスクを持参すること(参加受付時や着替え時等のウォーキングを行っていない際や会話をする際にはマスクを着用推奨すること。)。ウォーキング中は、政府の基本的対処方針によれば、他者と近接して長時間会話を交わさない限り、マスクの着用は必要ないということになっていることを踏まえ、これに準じた指導をする。参加者の判断で着用する者に対しては、熱中症に十分な注意をするよう指導すること。
- ④ こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- ⑤ 他の参加者、主催者スタッフ等との距離(できるだけ2m以上)を確保すること。(障がい者の誘導や介助を行う場合を除く。)
- ⑥ イベント中に大きな声で会話、応援等をしないこと。

- ⑦ 感染防止のために主催者が決めたその他の措置を遵守し、主催者の指示に従うこと。
- ⑧ イベント終了後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、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すること。
- ⑨ スマートフォン保持者には、厚生労働省の接触確認アプリをダウンロードして貰う。
尚、参加者を次のように限定することも可としますので、開催に関しては検討して下さい。
- ① 運営可能な範囲に参加者数の上限を設ける。
- ② 合理的な説明がつく範囲において、参加者の居住都道府県や地域を限定する。
- ③ ワクチン 3 回以上接種者或いは直近 1 週間以内の陰性証明保持者に限定する。
- ④ 緊急事態宣言、或いはまん延防止等重点措置発令下の都道府県や都市からの参加は認めない。

(3) 当日の参加受付時の留意事項

ウォーキングイベントの主催者は、イベント当日の受付時に参加者が密になることへの防止や、安全にイベントを開催・実施するため、以下に配慮して受付事務を行うことが必要です。

- ① 受付窓口は、参加者の密集、密接を防ぐために十分な数の窓口を確保すること。
- ② 受付窓口には、手指消毒剤を設置すること。
- ③ 発熱や軽度であっても咳・咽頭痛などの症状がある人は入場しないように呼び掛けること。
(状況によっては、発熱者を体温計などで特定し入場を制限することも考えられる。)
- ④ 人と人が対面する場所は、アクリル板、透明ビニールカーテンなどで遮蔽すること。
- ⑤ 参加者が距離(ソーシャルディスタンス)において並べるように目印の設置等を行うこと。
- ⑥ 受付を行うスタッフには、マスクやフェイスシールドを着用させること。
- ⑦ インターネットやスマートフォンを使った電子的な受付の一層の普及を図り、受付場所での書面の記入や現金の授受等を避けるようにすること。
- ⑧ 当日の受付のほか、イベント前日の受付を行い、混雑を極力避けること。
- ⑨ 参加者が直接接触れる備品(文房具等)は使い回しをせず、10 本単位で消毒済みのものをローテーションして使用する。
- ⑩ 金銭の授受がある場合はトレーを用意して手渡しは避ける。

(4) スポーツイベント参加者への対応

1) 体調の確認

ウォーキングイベントの主催者は、イベント当日に、参加者から以下の事項を記載した書面の提出を求めることが必要です。

- ① 氏名、年齢、住所、連絡先(電話番号) ※個人情報の取扱いに十分注意する。
- ② イベント当日の体温
- ③ イベント前2週間における以下の事項の有無
 - ア 平熱を超える発熱
 - イ 咳(せき)、のどの痛みなど風邪の症状
 - ウ だるさ(倦怠(けんたい)感)、息苦しさ(呼吸困難)
 - エ 嗅覚や味覚の異常

- オ 体が重く感じる、疲れやすい等
- カ 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
- キ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- ク 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

2) マスク等の準備

ウォーキングイベントの主催者は、参加者がマスクを準備しているか確認することが必要です。尚、ウォーキング中のマスクの着用は参加者等の判断によるもの(※)とするものの、参加の受付、着替え、出発式、表彰式等のウォーキングを行っていない間、特に会話する時には、マスクの着用を求めることが考えられます。(※)マスク(特に外気を取り込みにくいN95 などのマスク)を着用して運動やスポーツを行った場合、十分な呼吸ができず人体に影響を及ぼす可能性があること、また、特に夏季を中心とした気温、湿度の高い時期においては熱中症リスクが大きくなることに留意すると共に、適宜周知することに配慮すること。

3) ウォーキングイベント参加前後の留意事項

ウォーキングイベントに参加する個人や団体は、イベントの前後の出発式や歓迎会、懇親会、アトラクション会場等においても、3 密を避けること、会話時にマスクを着用するなどの感染対策に十分に配慮することが求められる。

(5) ウォーキングイベントの主催者が準備等すべき事項

1) 手洗い場所

ウォーキングイベントの主催者は、参加者がイベント開催・実施の間に手洗いをこまめに行えるよう、以下に配慮して手洗い場所を確保することが必要です。

- ① 手洗い場には石鹸(ポンプ型が望ましい)を用意すること。
- ② 「手洗いは 30 秒以上」等の掲示をすること。
- ③ スタート地点、チェックポイント、休憩所、ゴール地点にできるだけ手洗い場を確保すること。
- ④ 手洗い後に手を拭くためのマイタオルの持参を求めること。共用のタオルは置かないで、準備するならペーパータオル(使い捨て)を用意すること。
- ⑤ 手洗い場所の確保が難しい場合は、アルコール等の手指消毒剤を用意すること。

2) 更衣室、休憩・待機スペース

更衣室、休憩・待機スペースは感染リスクが比較的高いと考えられることに留意することが必要です。

ウォーキングイベントの主催者は、更衣室や、一時的な休息をするための休憩スペース、参加者等が参加前の確認を受ける待機スペース(招集場所)について、以下に配慮して準備することが求められます。

- ① 広さにはゆとりを持たせ、他の参加者と密になることを避けること。
(障がい者の介助を行う場合を除く。)
- ② ゆとりを持たせることが難しい場合は、一度に入室する参加者の数を制限する等の措置を講じること。
- ③ 室内又はスペース内で複数の参加者が触れると考えられる場所(ドアノブ、ロッカーの取手、テーブル、

椅子等)については、こまめに消毒すること。

④ 換気扇を常に回す、換気用の小窓を開ける等、換気に配慮すること。

3) 洗面所 洗面所(トイレ)についても感染リスクが比較的高いと考えられることに留意することが必要です。ウォーキングイベントの主催者は、運動・スポーツを行う際に利用する洗面所(トイレ)について、以下に配慮して管理することが求められます。

① トイレ内の複数の参加者が触れると考えられる場所(ドアノブ、水洗トイレ のレバー等)については、こまめに消毒すること。

② トイレの蓋を閉めて汚物を流すよう表示すること。

③ 手洗い場には石鹼(ポンプ型が望ましい)を用意すること。

④ 「手洗いは 30 秒以上」等の掲示をすること。

⑤ 手洗い後に手を拭くためのマイタオルの持参を参加者に求めておく。共用タオルは置かない。

4) 飲食物の提供時

ウォーキングイベントの主催者は、運動・スポーツの際の栄養補給等として飲食物を参加者に提供する際は、以下に配慮して行うことが求められます。

① 参加者が飲食物を手にする前に、手洗い、手指消毒を行うよう徹底すること。

② スポーツドリンク等の飲料については、ペットボトル・ビン・缶や参加者が持参するマイカップで提供すること。マイカップを持参しないウォーカーに対しては、使い捨ての紙コップで提供すること。

③ 果物等の食品については、参加者が同じトング等で大皿から取り分ける方式を避け、一人分を小皿に取り分けたものを参加者に提供するなど、工夫を行うこと。

④ 飲食物を取り扱うスタッフにはマスク、使い捨て手袋を着用させること。

5) イベント会場

ウォーキングイベントを室内で実施する場合には、換気の悪い密閉空間とならないよう、十分な換気を行う必要があります。具体的には、換気設備を適切に運転することや、定期的に窓を開け外気を取り入れる等の換気を行うことが考えられます。

6) ゴミの廃棄

鼻水、唾液などが付いたごみは、ビニール袋に入れて密閉して縛り、ゴミを回収する人は、マスクや手袋を着用することが求められます。また、マスクや手袋を脱いだ後は、必ず石鹼と流水で手を洗い、手指消毒することが必要です。

(6) 参加者がウォーキングを行う際の留意点

ウォーキングイベントの主催者は、イベントの参加者に対し、以下の留意点や遵守すべき内容を周知・徹底することが求められます。

① 十分な距離の確保

ウォーキング中は勿論、ウォーキングをしていない時も含め、感染予防の観点から、周囲の人となるべく

距離(※)を空けること。(介助者 や誘導者の必要な場合を除く。)特にウォーキング中は、呼気が激しくなるため、より一層距離を空ける、専門家会議によれば 4～5 メートルが望ましい。(※)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である。

② 位置取り

ウォーキングイベントにおいては、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、或は斜め後方に位置取ること。

③ その他

ア ウォーキング中に、唾や痰をはくことは行わないこと。

イ タオルの共用はしないこと。

ウ 飲食については、指定場所以外で行わず、周囲の人となるべく距離を確保して対面を避け、会話は控えめにすること。また、同じトング等での大皿での取り分けや回し飲みはしないこと。

エ 飲みきれなかったスポーツドリンク等を指定場所以外(例えばコース上)に捨てないこと。

(7)その他の留意事項

ウォーキングイベントの主催者は、万が一感染が発生した場合に備え、個人情報の取扱いに十分注意しながら、イベント当日に参加者より提出を求めた書面(上記(4)1))について、保存期間(少なくとも1月以上)を定めて保存しておくことが必要です。また、ウォーキングイベント終了後に、参加者から新型コロナウイルス感染症を発症したとの報告があった場合や地域の生活圏において感染拡大の可能性が報告された場合の対応方針について、開催自治体の衛生部局とあらかじめ検討しておくことが必要です。参加者には、厚生労働所の接触確認アプリのダウンロードを勧めて下さい。

(以上)