

Covid-19 リスク軽減の戦略概要

クライミングジムで

クライミングジムの再開と運営のための行動計画、

Sars-CoV-2 病原体による現在のリスクの検討と分析

第3バージョン、2020年4月24日

著者と寄稿者：クリスチャンポピエン、マティアスポリグ、クリスチャンベンク、フロリアンシファー、ゲド

背景情報

この戦略提案の概要は、興味のある登山のガイドとして機能することを目的としています。ジムと従業員のための可能な限り安全な環境を作成するための基礎を提供するクライマーが Covid-19 をクライミングで拡散するリスクを特に最小限に抑えることで施設。

著者の提案と推奨は専門家の知識に基づいています

科学的調査結果。使用されるソースは慎重に選択およびチェックされます。

ここで紹介するソリューションアプローチは、意思決定の助けとして役立つことを目的としています。具体的な緩和策の基礎を作り、提供する。各施設は

また、個々の状況と条件を考慮し、個人の

戦略とそれに応じた測定。目標は、識別と評価を簡単にすることです

リスクと適切な対策と考慮事項をとること。

現在ヨーロッパおよび一部国際レベルで行われている交換は、

可能な限り問題の包括的なビューを提供することを目的としています。から

各国での開発と経験、登山の特定のシナリオ

ジム産業はさらに派生することができます。

この戦略提案は予備的な出版物と見なされるべきであり、主張するものではありません

完成する。むしろ、追加や更新は、進行中の

基礎。そうすることで、この戦略提案を定期的に更新し、変更と新しい

私たちの知識と能力を最大限に発揮する情報。

いくつかの変更点に関する注記：

以下の可能な衛生対策は、もはや推奨事項としてリストされていません

現在のバージョン、それらは有用かもしれませんが、可能な利点は十分ではありません

科学的に実証された：裸足禁止、チョークバッグ/液体チョークの使用に関する規制。

リキッドチョークのアルコール含有量に関する情報（当初は 70~99.9%）は、

確認される；メーカーは、アルコール含有量は通常 25~40%であると述べています。いくつか

メーカーは計画的に 80%への増加を発表しています。具体的な事実がないため、

この版ではこれ以上の詳細は提供されていません。

情報、入力、および

私たちが受け取ったドキュメント。

現在の状態

他の多くのスポーツ施設と同様に、クライミングジムは 2020 年 3 月に閉鎖されました

ヨーロッパのほとんどの国と世界中の多くの国。

Covid-19 パンデミックを封じ込め、抑制する手段としての閉鎖期間

欧州各国では、時間枠が異なります。しかし、光の中で

現在の発展の中で、ヨーロッパ中のスポーツ施設は、

特に屋内スポーツ施設は、さらに長時間の使用に備える必要があります

閉鎖期間。

スポーツとレジャー施設は直接系統的に関連するものではなく、最初のものではありません

それに関しては、政治家や政策立案者の考慮に入る

事業と活動の段階的な再開。健康予防を通して

スポーツは社会的に関連のある問題であり、現在の状況下では

クライミングジムの時期尚早のオープンは予想されません。

新しい措置と条件が適用される可能性があります。

Covid-19 リスクを低減するための戦略と対策の包括的な概要は、

クライミングジムの再開と操作の可能性を正当化するために必要

最高水準の衛生基準を維持します。

ヨーロッパやその他の国のクライミングジムも、非常に似た課題に直面しています。今まで

国際的なコミュニケーションと協力はほとんどありません。クライミングジムは持っていません

まだ組織化されており、知識が

そしてノウハウが交換され、ソリューションが作成され、

政治家が実行されます

目的

リソースをプールし、国内、ヨーロッパ、および国際的なソリューションを開発するために、

トランスナショナルワーキンググループは、この戦略の知識と対策を収集します

提案と概要。各国からの主要な乗数は共有して普及させることができます

この情報は、各国の代表者とそれぞれのジムと一緒に。それは

常に最新の科学的発見と新しいインプットを考慮した進行中のプロセス

とアイデア。

特に、国境を越えた経験の交換により、

さまざまなシナリオを広く見てみましょう。国の経験と研究からの発見

考慮に入れ、さらなる戦略の準備に組み込むことができます

提案。

目標は、それを実現する実行可能なソリューションに焦点を当てた戦略提案を作成することです

国家当局が再開するクライミングジムを評価するのが容易になります。この提案

科学的発見と専門家からの現在の推奨事項を考慮に入れます

保健当局が決定を下すための有用で根拠のある基盤を提供し、

政治家は作る必要があります。

最新のリスク分析に照らして提示される提案された対策は、

3つの中心的な礎石に分けられます。

1.顧客フロー制御と占有管理

このポイントには、数と動きの制御を可能にするすべての対策が含まれます

クライミングジム内外の顧客。目標は、新たに遵守することで
混雑を緩和するために、最短距離を確保するために、占有条例を実装しました
チェックイン中、POSで、更衣室とトイレで。それは
立法者の側で訪問者の数が制限されると予想される
床面積1平方メートルあたり。
顧客を1日および時間全体に慎重に配布するための対策を講じる必要があります
操作の。同時に、ジム全体の顧客の動きは
慎重に管理および監視する。
現在、個人、全国の職業および貿易団体が具体的な議論を行っています
一部の国では平方メートルあたりの人に関する提案。クライミングジムに関しては、
他の貿易およびビジネスセクターからのアプローチと基準も採用され、
実装されました。

1.a ソフトウェアソリューション

タイムスロットの予約、計画可能な訪問者の利用、利用可能な概要
キャパシティと、できればキャッシュレスおよび非接触の支払い方法
合理的なソフトウェアソリューションを開発する必要があります。
最大訪問者数に関する条件は、オンライン登録によって制御できま
すとスロット予約。

1.b ルート設定の概念

ルートの設定と、ジムでのルートとボルダーの問題の分布には、
クライミングジムでの顧客の流れと動きにかなりの影響を与えるため、
計画、管理、監督された。

インフラ対策

ルート設定の枠組み内で可能なインフラストラクチャ対策の1つは、
必要な領域を確保するために、特定の領域は空白のままにするか、非常に薄く設定します
クライマー間の距離は維持されます。
たとえば、ロープクライミングエリアでは、1秒ごと（または3秒ごと）のラインのみが
実行可能なオプション。通常、ロープとボルトの線は少なくとも1メートル離れています。
ボルトラインは空白に保たれ、ロープチーム間に十分なスペースがあります。
たとえば、ボルダリングエリアでは、サーキットを作成できます（ミニチュアゴルフを考えてください）。
各地域でさまざまな困難がもたらされる可能性があります。個人間の距離
セクションはそれに応じて計画する必要があります。別の可能性は、定義された領域であり、
マットに接着剤またはマジックテープで印を付けることができます。
これらの例示的な対策の利点は、必要な対策を提供できることです。
距離ルールの遵守を強化するために必要なインフラストラクチャ。

組織的対策

組織的対策は一般的に上記のものに匹敵しますが、それらは
個人のソフトスキルと行動する彼らの個人的責任にさらに依存する
状況に応じて適切かつ適切に維持する

他人からの距離。明確に書かれたルールを策定し、

ジム全体のいくつかの明確に見える位置にそれらを表示します。

ロープクライミングエリアでは、これは人々の連帯と協力を懇願することを意味します

登山者が適切な距離の測定値を理解し、尊重することを確認する

ロープ線の間の場所。

ボルダリングエリアでは、登山エリアがそれほどではないため、これはおそらくもう少し難しいです。

明確に定義されました。ここでの唯一の選択肢は、ボルダラーがお互いに気づくようにアピールすることです

ルールに従って適切な距離を保ち、維持する。

このアプローチの利点は、変更をほとんど加える必要がないことです。

構造と密度が確立された後のルート設定の計画と量。

結合されたメジャー

地域の状況に合わせた2つのアプローチの組み合わせももちろんです

考えられる。組織レベルでは、明確な行動規則を策定する必要があります。

2. 衛生プロトコルと保護対策

国際および国内の保健当局の勧告を考慮に入れ、

現在の研究や科学的調査結果と同様に、具体的な衛生対策は

続いて、ジムを登って Covid-19 のリスクを最小限に抑えました。

SARS-CoV-2 の疫学に関する現在入手可能な情報は、

感染は特に保護されていない（家庭や医療などの）近距離で発生する

人々との接触。現在の知識によれば、感染は主に

呼吸器分泌物、主に飛沫、例えば咳やくしゃみをするとき

エアロゾルの形成に関連する特定の医療または歯科処置中（例：

気管支鏡検査または挿管）。

1

咳やくしゃみをしたときにできる飛沫が

鼻、口の粘膜を通して反対者に吸収される

そしておそらく目。追加の口の保護を着用すると、

2

コロナウイルス RNA を含むエアロゾルの広がりを減らします。

汚染された表面を伝わるリスクは非常に低いと考えられていますが、

感染者のすぐ近くにいる場合は除外できません。これまでのところ、研究はありません

表面接触伝達の発生を証明することができました。

Hendrik Streeck 教授、大学病院ウイルス学研究所所長

北政府を代表して活動しているボン

ドイツのラインウエストファーレン州では、表面接触感染を証明または作成することができませんでした。

ハインズバーグの震源地と地区での彼の研究はこう述べ、「これは

表面または塗抹感染！」

表面を介した感染（スミア感染）のリスクが低いにもかかわらず、新しい発見は

継続的にチェックおよび評価されます。対応する研究の結果に応じて、

また、適切な対策を検討する必要がある場合があります（消毒、UV 光など）。

以下に提案するポイントは、液滴を介した感染を防ぐことを目的としています。
現在の知識の状態に応じて広がります。区別する必要があります

主に訪問者に関連する衛生規制とオペレーターが行う対策との間
さらに取る必要があります。

2.a 訪問者中心のルールと対策

クライミングジムの訪問者に影響を与える保護対策は、
個人の責任感は個人的ですが、積極的に責任を持つこともできます
ジムによって奨励され、強制されます。法的状況に応じて、オペレーターは
実施されている規制が遵守されていることを確認する責任は多かれ少なかれあります。です
以下の規制への訪問者の注意を引き付けることをお勧めします
ジムの情報掲示板や情報画面/モニター。

お客様の健康状態の確認

体調が悪い、風邪をひいている、または疲労していると感じているお客様は、クライミングジムを利用できません。

一人一人の健康状態は、自己批判的に質問されるべきです。症状（発熱、咳、
呼吸困難）が発生した場合、クライミングジムに入室してはいけません。

3

発熱は Covid-19 の最も一般的な症状の 1 つである電子熱
温度計（離れた場所からの測定）を使用して、顧客の
ジムに入るとき体温。温度が 37.3 度を超える場合
摂氏または華氏 99.14 度、入場を拒否する必要があります。

物理的な距離の要件

クライミングジム全体の訪問中、およびチェックインおよびチェックアウト中に、
推奨距離規制と推奨事項に従う必要があります。

1 メートルから 2 メートルの最小距離が一般に与えられた測定値です。対応する

5

床と壁のマーキングはガイドラインとして使用でき、遵守する必要があります。

基本的に、最大 2 人で構成されるチームは、

提携/パートナーチェックとスポッティングの際、このルールから除外されます。パートナーは
クライミングセッション中はいつでも変更できません。

手指衛生

手指衛生は最も重要な予防策の 1 つです。直後

6

ジムに入り、クライミングを開始する前に、お客様は手を洗う必要があります
一般的な指示に従って徹底的に。水と石鹸を使用した後、使い捨て
ペーパータオルは手を乾かすために使用し、特別に廃棄する必要があります
ビンライナーを含むごみ箱を提供。

手の消毒

手指衛生に加えて、お客様は適切な消毒剤で手をこする必要があります

洗浄および乾燥後。排除するために平均アルコール含有量は少なくとも 70% でなければなりません
コロナウイルス。

7

クライミングブレイク中やその前にも定期的に手を消毒する必要があります
彼らは、ルートまたはボルダーの問題を登山を再開します。この目的のために、追加
消毒剤ディスペンサーはジムが提供する必要があります。

液体チョークとルースチョークの考慮事項

追加の対策として、液体チョークの使用を検討する必要があります。北
アメリカに本拠を置くクライミングウォール協会 (CWA) は、
液体チョークの効果 (高アルコール含有量) と緩い効果の両方を調査する
ウイルスのチョーク/粉末マグネシウム (PH 値)。

必須のマスク着用

マスクはいくつかの国ですでに義務付けられており、マスクの着用は
ウイルスの蔓延防止に役立ちます。ジムの内部とジムの一般的な周辺では、
距離規制の遵守に加えて、口を覆い、
他の人が近くにいるときは適切に鼻をかむ。

多層医療口鼻保護 (MNS) の放出を妨げるのに適しています

着用者の上咽頭腔からの病原体含有液滴

主に他の人を保護するために (外国の保護)。同時に、それは保護することができます
着用者が口または鼻を介して液滴または飛沫を吸収することから、例えば。から
反対者の鼻咽頭腔 (自己保護)。

8

様々な研究はまた、コロナウイルス RNA を含むエアロゾルの広がり
周囲の空気への侵入は、サージカルマスクによって防ぐことができます。

9

思いやりのある咳とくしゃみの実施とコンプライアンス

さらに、一般的に知られ、伝達されている咳や咳の行動規則

くしゃみを観察する必要があります。つまり、曲がった肘で口と鼻を保護する必要があります
またはその後に廃棄される布で。

飲み物と水筒

登山者が持参する水筒は、自分のバックパックまたはバッグにのみ保管し、
飲んだ直後に再び収納。ジムの給水栓でのボトルの補充
禁止されるべきです。

2.b オペレーター中心のルールと訪問者を保護するための対策

オペレーターは、顧客を保護するだけでなく、顧客を保護するための対策を講じる必要があります
従業員。

表面と物体の洗浄

ジムの表面 (クライミングウォールを除く) は、湿らせて定期的に清掃する必要があります
認定された洗浄剤。可能であれば、ボルダーマットも湿らせてクリーニングする必要があります。それ

消毒剤が広範囲に広がる滑らかな表面を処理するのに役立ちます。

特に頻繁に触れる領域や物体（登りのホールドを除く）など

ドアハンドル、チェックインまたはECターミナルの反対側の表面は清掃する必要があるため
毎時間、表面消毒剤で。

他のすべてのリスク最小化対策（補償対策を含む）が遵守されている場合

伝送経路に関するすべての科学的調査結果が考慮され、定期的に

クライミングホールドの消毒は避けるべきです。クライミングホールドもラフがあります

乾燥した表面はウイルスにとってもてなしの環境ではありません。

一般に、人間のコロナウイルスは、乾燥した表面では特に安定していません。連邦

ドイツのリスク評価研究所（BfR）は、

表面との接触による SARS-CoV-2。原則として、コロナウイルスは

感染した人の直接くしゃみや咳を通して表面を覆い、生き残る

簡単に。ウイルスが感染した場合、他人の塗抹感染の可能性がある

その後すぐに手と口と喉の粘膜にまたは

目。汚染された表面を介したウイルス感染から身を守るために、

手を洗うなど、日常の衛生に関する一般的な規則を遵守することが重要です

定期的に、顔から手を離してください。

10

更衣室とトイレの訪問者密度

更衣室やバスルームなどの狭いスペースは、

一度に少数の人々。ここでは、4m²につき1人のキーがガイドラインになる場合があります。

11

特定の状況下では、更衣室または追加のバスルーム

提供されなければなりません。遊歩道と待機エリアを設計し、マークを付ける必要があります

距離規則に従って。

シャワー

コロナパンデミックの期間中、シャワーは休業します。

特別な規則と規制が適用されます。

追加のシンクの提供

迅速かつ定期的な手指衛生を確保するために、追加のシンク

石鹸では、ペーパータオルとゴミ箱を用意する必要があります。使用済みのペーパータオル、

また、ハンカチなどは、提供されたコンテナにすぐに廃棄する必要があります

定期的にジムから外されました。

消毒剤ディスペンサーの提供

消毒剤ディスペンサーは、ジムなどのさまざまな場所に設置されます。

玄関またはレセプション、更衣室とバスルーム、そしてクライミングウォールの近く。

スタッフは、全員が消毒剤を使用できるように監視し、確保する必要があります。

マスクの提供または販売

クライミングジムでは、マスクを提供または販売する必要があります。

十分な換気の確保

クライミングジムは定期的に換気する必要があるため、10分間の換気を1度行います。
できれば1時間。換気および空調システムをチェックする必要があります。
洗浄し、必要に応じて改造または交換します。
適切な換気により、空気中の病原菌の数を低く抑えることができます。

衛生および一般保護措置に関する注記

適用可能なルールと推奨事項は、プラカードに記載するか、またはモニター。動画は、正しい行動を伝えるための効率的な手段にもなります。
クライミングジム。

2.c 雇用主に焦点を合わせた責任と従業員を保護するための措置

クライミングジムの従業員には、最高の保護を提供する必要があります。まず第一に、それぞれの専門家協会や団体からの規制が適用されます
従業員の感染リスクを最小限に抑える対策を講じます。に加えて
訪問者に適用される上記の規制と措置、さらなる措置
特に従業員のために取られるべきです：

従業員の衛生と保護

クライミングジムには、手指衛生と
従業員専用の消毒。

さらに、スタッフには使い捨ての手袋とマスクが用意されます。

顧客との接触で担当者を保護するために、唾液分泌物防御壁を設置する必要があります
たとえば、チェックイン（POS）やカウンターで。

公共施設で使用するための保護スクリーンまたは伸張保護ホイルの使用

スタッフ（キャッシュレジスターやカウンターなど）を Covid-19 の汚染から保護します。

顧客からの呼気は、「ビルディングブロック」として中断され、

感染の連鎖。私たちの専門的な見地から、保護スクリーンは

従業員が顧客の呼気に直接さらされる（咳をしているときなど）。の

成人の典型的な体の大きさになるように、サイズは呼吸領域をカバーする必要があります
想定することができます。

12

人員配置の計画

従業員は、同じ日に決して作業しない2つまたは3つのチームに分割する必要があります。

誰かが感染した場合、感染は1つのチームに限定されます。

お問い合わせの最小化

ジムでのキャッシュレス支払いの可能性を探る必要があります。オプションのソフトウェアを使用
ソリューションでは、異なる支払い方法が可能になり、
従業員と顧客を大幅に削減できます。

職場の清掃

共同で使用される作業場の表面は、標準的な家庭で清掃されます
個人使用後のクリーナー。

頻繁に使用される接触面であっても、予防的な表面消毒はできません
現在の COVID-19 パンデミックでも必要と考えられています。詳細情報は
連邦労働安全局（ドイツ）またはその他の国の

13

当局。

2.d その他の拡張予防措置または追加の保護

国の動向によっては、いわゆる健康パスポートまたは同様の証明が
顧客の耐性を確認するために使用されます。

また、顧客が入口で自分自身を識別しなければならないか、または
彼らの名前と連絡先の詳細を提供して、彼らがすぐに連絡できるようにする
感染のリスクのあるイベント。このコンテキストでは、「Contact Tracing Apps」の使用
クライミングジムの必須ツールとしても想定できます。

特定の状況下では、リスク軽減の提案全体を用意することが役立つ場合があります
またはその一部は、認定された専門家や評価者によって確認されました。

3.政治対話、ロビー活動、コミュニケーション

クライミングのさまざまな利害関係者からの的を絞ったコミュニケーションと対話
機関や政治的意思決定者を備えたジム産業は、
全体的な戦略と前述の概念と対策を確実に
効率的に実装されています。

3.a 政治レベルでのコミュニケーション

政治的レベルで意見を聞くには、的を絞ったコミュニケーション戦略が必要です。

保健当局と連絡を取り、政策立案者に影響を与える。

現在、ジムでのクライミングの利益の統一された表現はありません。

ヨーロッパはもちろん、国際レベル。多くの国では、統合された国民さえ
表現が不足しています。さらに、全体のネットワークもほとんどありません。
スポーツとフィットネス業界。

さまざまな問題を考慮した優れたコミュニケーション戦略と、
強調され、対処されることは、効果的な共通イニシアチブの基礎となり、
興味の表現。

3.b さまざまな利害関係者および対象読者への対応

クライミング業界に国際対話の取材について知らせる必要がある
場所、および検討されている対策と戦略的手段、およびそれらを維持する
彼らの現在の状況に遅れないようにする必要があります。

次のステップは、政治的意思決定者の注意を私たちの窮状に向けることですが、
私たちの具体的なソリューションに。

クライマー、顧客、クライアントをターゲットにしたアドレス指定は、
メッセージと結果を広めるための重要な手段、および専門家を取得するための
顧客基盤からの知識とクライミングコミュニティのネットワークを
さらなる支援と洞察を提供するためのリソース。

3.c 従業員とのコミュニケーション

再開フェーズが近づくとつれ、従業員は最初に完全になる必要があります
知らされた。彼らは最初に危険に関する一般的な情報とガイドラインを与えられるべきです
ウイルスの蔓延、考えられる感染方法、一般的な推奨事項
関連する保健機関から。

さらに、彼らはで行われる措置について知らされるべきである
クライミングジムと新しいルールについて、彼らはときにコンプライアンスを確保できるように
再開フェーズが始まります。

最初のスタッフブリーフィングは、ビデオ会議を介してオンラインで行うことができます。
ガイドラインを事前にメールでスタッフに送信して、質問を準備します。

従業員は、適切に対処するために、再開前に準備する必要があります
新しいルールと対策について顧客に知らせます。さらに、従業員は
衛生プロトコルとサイトのルールのドキュメントとチェックリストにアクセスできます。

3.d 顧客とのコミュニケーション

顧客に影響を与えるすべての新しい対策に関する情報は、
以前に利用可能な通信チャネル（ウェブサイト、ニュースレター、ソーシャルメディア）
再開。

ヨーロッパおよびその他の影響を受けるすべてのクライミングジムによるほぼ同様のコミュニケーション
世界中の国々が、急速に前向きな認識を広めることになるでしょう。

クライミングコミュニティ。

特に隣接するクライミングジムは、それらの間で調整し、
おそらく共同で再開日を調整し、同じまたは類似のルールを導入します。