

ダイビング、ダイバー・トレーニング中における 新型コロナウイルス感染リスク軽減のためのガイドライン

他のアクティビティにおいても同様ですが、特定の事項に注意を払って新型コロナウイルス感染のリスクを軽減することは重要です。幸いなことには、リスクの軽減は特に複雑で厄介な手順を踏まずとも、特定の配慮と調整をすることで実現することができます。

健康状態が良好なスタッフと生徒のみがダイビング/レクチャーを含むコースに参加できます。

これは以前からそうであったはずですが、現況では特に大切な確認事項です。また、健康であっても過去に新型コロナウイルスに限らず、その他の感染症の患者やその濃厚接触者との接触があった人は感染のリスクがないという医療的なアドバイスがあるまでは他者との接触を避けるべきです。

一般的に感染症のリスクを避けるためには

新型コロナウイルス（およびインフルエンザのような他の呼吸器ウイルス）の主な感染リスクは、呼吸（特に咳、くしゃみ、または会話をした場合、他の人の呼気からの飛沫を吸い込む）および接触による感染（感染した表面に触れてから顔/鼻に触れた場合など）に限定されます。ですから注意を払えば通常、リスクを軽減することは簡単です。手順をシンプルに保つと物事はうまくいきます。この資料では、一般的な医療上の推奨事項に基づいた実践、手順、およびヒントを提案していますが、感染リスクを軽減する他の方法がある場合もあります。このような対策により、**感染リスクが大幅に軽減されることが期待されますが、ダイビングをするにあたって生徒とスタッフは、人々がいる場所に行くときと同程度のリスクはどうしても残ることを理解しなければなりません。**

ブリーフィングや、チェックイン、接客を行う場合は地域で推奨されている距離(ソーシャル・ディスタンス)を保って行うように心がけ、飛沫を吸い込むリスクを抑えるために医療用マスク(飛沫感染予防マスクを以下のように表記します)を着用するべきです。分からないことがあれば、常に慎重に行動するべきでしょう。咳やくしゃみをする必要がある場合は、ティッシュペーパーを使い（そしてきちんと処分します）、必ず手洗い/消毒します。同様に、器材をセットアップする際もできるだけ広がって距離を保つことが大切です。

呼吸のパターン、方向、風向きに注意して、呼吸器感染のリスクを減らします。

ダイビングをすると呼吸のパターンが変わります。例えば、フリーダイビングの後、またはスノーケルをクリアする際は激しく息を吹き込みます。レギュレーターは使用しているダイバーを保護するのに役立ちますが、近くにいる人は呼気を吸い込んでしまう可能性もあります。スノーケルは頭の後ろに向いていますが、状況によっては良くも悪くもなります。また、風向きは呼気をさらに遠くまで運ぶことができます。呼気の流れる方向と他のダイバーの位置、距離、場所などを考慮する必要があります。

水面では安全に問題がない範囲で適切な距離を保ちます。

水面では少し距離をおいたとしても、ガイドラインである2秒以内に届く距離にいれば問題ありません。しかし、同時に生徒ダイバーのスキルの習熟度と水面のコンディションも考慮する必要があることも確かです。水面でダイバー間の距離を保つには水面フロートを有効に使用して、安全性を高め、場合によっては人数比を減らしたり、アシスタントを追加することでグループが広がってしまってもコントロールを維持することができます。

水中ではソーシャル・ディスタンスは必要と考えられていません。

ダイビングは、スクーバ器材を使って呼吸を行う特性から陸上でのスポーツに比べて呼吸器感染のリスクを大幅に軽減することができる利点があります。また、これは水中での安全、コントロール、スキルの練習、およびバディとのコンタクトを比較的近距离で行う必要があることを考えても重要です。

頻繁な手洗いと消毒、医療用マスク着用と、手で顔を触れないようにすることで接触感染のリスクを減らせます。

ダイバーはお互いの器材に触れないようにするのがベストですが、ダイビング前、最中、または後に必要な場合もあります。これは、バックアップ空気源の使用や緊急スイミングアセントのスキル練習や、実際の緊急事態にも当てはまります。したがって、できることはダイバーが自分や他の人のギアに触れる前後に手を洗う/消毒することです。つまり、ほとんどの場合、ダイビングの前後に手を洗うということです。水中にいると接触感染のリスクが低下する可能性があります。専門家の間ではウイルスが不活性化するために必要な期間や環境についての見解が分かっているため、できる限り慎重なアプローチをとることをお勧めします。

肯定的な補強には声やジェスチャー、ハンドシグナルを使います。

握手や、ハイタッチなどの接触を伴うジェスチャーはスキルがよくできたことを生徒に伝える方法として用いられてきましたが、水面では声で、水中では接触しないハンドシグナルで「よくできました」を伝えるようにしましょう。

ダイビングに特有の消毒

スノーケル、レギュレーター、BCDを含む、全ての器材は使用後に消毒する必要があります。DANは最近のウェビナーで[消毒についての見解\(英語\)](#)を示しました。また、こちらの記事では[新型コロナウイルス感染症とスクーバ器材の消毒](#)についても触れています。

すべての消毒剤は、新型コロナウイルスに関連するメーカーの推奨使用方法に従って使用してください。一概に消毒液は環境に有害であるため、地域のガイドラインに従って適切に廃棄してください。

アメリカ疾病予防管理センター (CDC) やその他の主な機関は有効期限内の1000ppm の家庭用漂白剤と水から作る以下の消毒方法を推奨しています。

- 家庭用漂白剤（例えばキッチンハイター、ブリーチなどの次亜塩素酸ナトリウム5%含有の場合）約20 ml に対して1リットルの水と混ぜ合わせ、その液体にかけるだけではなく、器材を完全に浸します。浸す時間には様々な情報がありますが、慎重に5分浸せば十分です。その後、汚染されていない新鮮な水で洗浄し、乾燥させたら消毒されて乾いたバッグに収納します。手洗いと消毒が済んだ清潔な手で行うことも重要です。

注意：漂白剤を他の化学薬品や洗浄剤と混合しないでください-有毒なガスが発生する可能性があります。消毒液を使用するときは換気の良い場所で、手と目の保護具を着用して実施してください。少なくとも毎日、適度に使用した後は、新鮮な混合液を作成してください。アルミニウムの部品はすぐにすすがないと塩素の腐食の影響を受ける可能性があるため、5分間浸した直後にすすぎます。製造元から特に指示がない限り、CCRのカウンターリングおよびその他の呼吸ループの部品の洗浄には塩素系の消毒剤を使用しないでください。カウンターの消毒はメーカーの推奨に従ってください。

家族やカップルをバディにします。

カップルや、家族でコースを受講したり、ダイビングに参加している場合は、既に一般生活で共に過ごしているため、ソーシャル・ディスタンスはそれほど考慮する必要はありません。これは、スキルの練習や、バディのチームとしての設定に便利です。しかし、そのグループ外への、及びグループからの感染リスクを考慮する必要があります。

緊急事態に備えておきましょう。

スタッフは各自でポケット・マスクを所持しておくべきです。濡れない想定で使用する予定のマスクはバルブ付のものを用意します。(バルブは濡れると機能しません)

ファースト・エイドと酸素キットにはあらかじめ十分な数のポケット・マスクやグローブ、消毒剤を入れておきます。ダイバー、スタッフ、事故者、救助者の立場に関わらず緊急事態の対処には一定の感染リスクが伴うことを承知しておくべきです。

くもり止めには唾ではなく、市販のものを使いましょう。

マスクを含む全ての器材のすすぎ/洗浄に水桶を共有するのはおすすできません。使用してしまった場合は、器材も桶の水も“使用済”と捉え、器材は個別に洗浄が済むまで使用するべきではありません。(注意:カメラ専用の桶もダイバーの手や指は入る可能性があるため、リスクは低いもののゼロではありません。)

店舗内や、更衣室などでも極力、ソーシャル・ディスタンスを保ち、医療用マスク着用や手洗い/消毒をはじめとする地域で推奨されている指導には従うべきです。緊急事態には自身ではなく、周囲の人々もリスクにさらすことを考慮して、ダイビングは特に事故のないように慎重に実施するべきです。