

新型コロナウイルス感染対策における日本サイクルスポーツ振興会からの提言

新型コロナウイルス感染拡大、7都市についての緊急事態宣言発令という事態の中で屋外でのサイクリングを推奨することには疑問の声もありました。しかし、私たちと新型コロナウイルスとの闘いはこれから長期戦になることが予想されます。感染拡大防止の為に、まず私たち自身が心身の健康管理をする必要があります。

日光を浴びること、新鮮な空気を吸いながらサイクリングをすることは健康維持に必要と考えます。また、自転車は他人との接触を避けながら移動ができる手段でもあります。

ただ、サイクリングをする方の行動如何によっては、感染拡大を招いてしまったり、周りの人に不快感、不安感を与えてしまいます。

そこで、日本サイクルスポーツ振興会は感染防止、みなさんの健康維持、サイクリストと自転車のステイタス、価値を維持する為にこの提言をいたします。

▼屋外サイクリングについての提言

- 1 人通りの少ない場所を選びましょう。
- 2 可能な限り1人で行いましょう。ただ、人通りのない場所での1人のサイクリングにはリスクもあります。また、子供などサポートを必要とする場合もあります。提言の趣旨をご理解いただき、ご判断下さい。
- 3 走行時は他のライダーと十分な間隔を開けましょう。十分な距離については様々なご意見があるようです。提言の趣旨をご理解いただき、ご判断下さい。
- 4 医療機関に負担をかけないよう、怪我のリスクが高い走行方法は避けましょう。
- 5 追い込み過ぎて免疫力をさげないようにしましょう。
- 6 食べ物や飲み物は携行し、可能な限り店舗などには立ち寄らないようにしましょう。
- 7 マスクを携行し、コンビニ等の店舗に寄る場合は必ず着用しましょう。
- 8 帰宅後はすぐにシャワーを浴びて、ウェアはすぐに洗濯しましょう。

(2020年4月10日時点 この提言は状況に応じ随時更新します)

一般財団法人日本サイクルスポーツ振興会
理事長 渡辺俊太郎