



International
Olympic
Committee



INTERNATIONAL
PARALYMPIC
COMMITTEE



TOKYO 2020

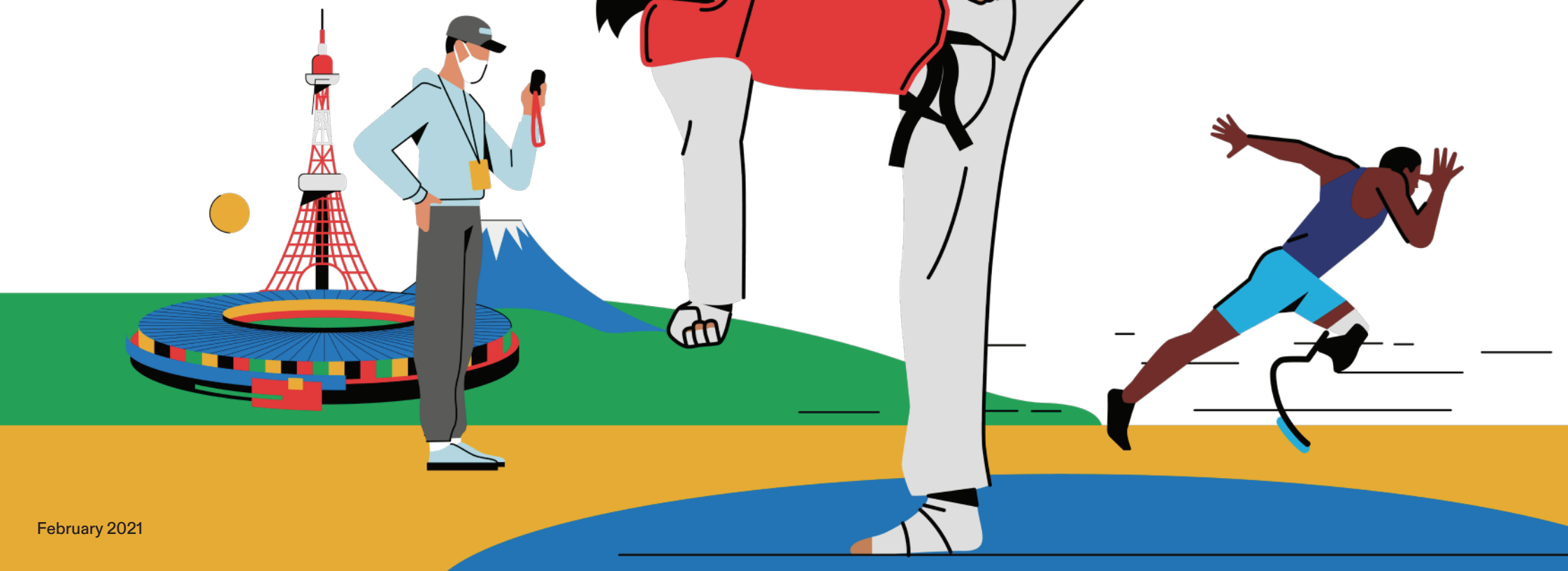


TOKYO 2020
PARALYMPIC GAMES

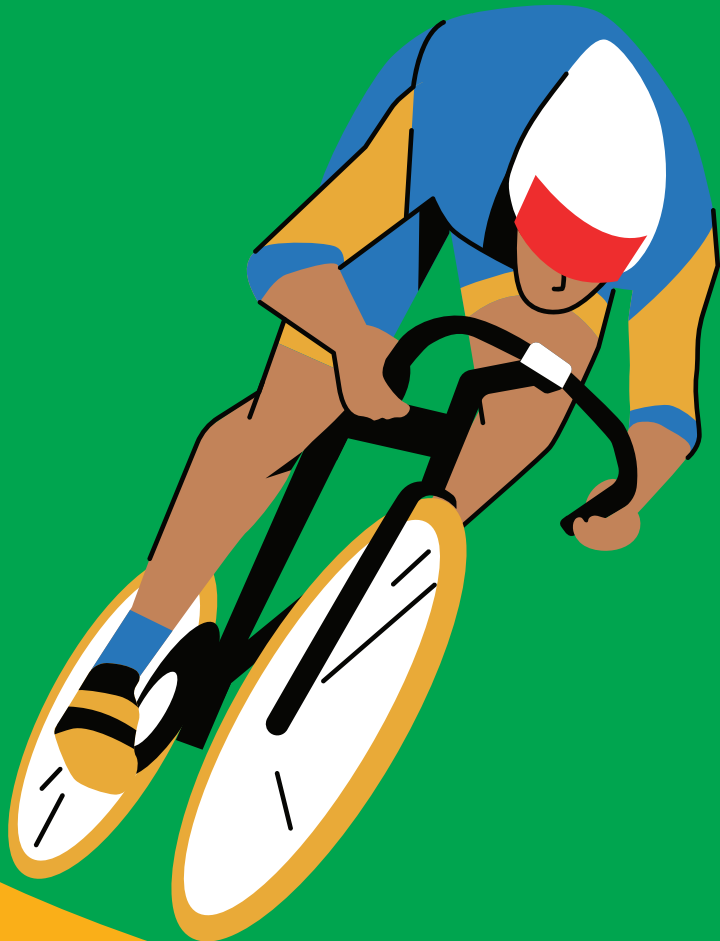


THE PLAYBOOK ATHLETES AND OFFICIALS

안전하고 성공적인
대회를 위한 가이드



WHO IS THIS PLAYBOOK FOR?



선수

(Aa)

대체선수

(AP)

훈련파트너, 마부

(P)

경기임원

(Ao, Ac & P)

장애인선수 경기파트너

(Ab)

책임 의사(패럴림픽)

(Am)

행정 임원

(NOC, NPC)

선수 동반인(샤프롱)

(NOC, NPC)

CONTENTS

플레이북은 누구를 위한 것인가?	2
Stronger Together	4
원칙	5-8
여정	
소개	10
출국 전 유의사항	12-16
일본 입국 시 유의사항	17-20
대회기간 중 유의사항	21-27
일본 출국 시 유의사항	28-29
추가정보	
백신	31
규정 준수 및 제재	32



STRONGER TOGETHER



예상보다 긴 기다림 끝에 2020 도쿄올림픽과 패럴림픽이 얼마 남지 않았으며, 이제 오직 몇 달의 시간만이 남았습니다. 대회의 준비과정에서 우리는 이번 여름, 안전하고 성공적인 대회 개최를 위한 도전에 직면해야 했습니다. 스포츠의 힘이 모두를 하나로 묶어주고, 선수들이 다시 한 번 세계에 영감을 줄 수 있는 순간을 기대해봅니다. 이전 그 어느 때보다 강하게, 우리는 함께할 때 더욱 강해집니다.

성공적인 올림픽 개최를 위해 우리는 각자 맡은 역할이 있습니다. NOC 및 조정위원회 선수워킹그룹의 공동 의장으로서 이는 NOC와 선수들이 최신 정보를 접하게 하는 한편, 동시에 논의와 결정의 중심에서 선수들의 목소리를 지키는 것을 의미합니다. 2020 도쿄 올림픽 및 패럴림픽에 참가하는 모든 사람들의 건강과 안전은 우리들의 최우선 과제입니다.

125년 동안, 올림픽대회는 희망의 불꽃이자, 인류 연대의 상징이었습니다. 이제, 그 어느 때보다 더욱, 우리가 일상 생활에서 취하는 행동이 다른 이들의 건강에 지대한 영향을 줄 수 있습니다. 플레이북은 이러한 상황에서 우리 모두가 안전하고 성공적인 올림픽대회에 기여할 수 있는 규정을 개략적으로 설명하기 위해 개발되었습니다.

권리와 책임의 균형을 유지하기 위해, NOC 및 NPC 임원과 선수들은 올림픽과 패럴림픽에서 안전한 환경을 제공하기 위한 모든 조치를 취할 권리가 있으며, 동시에 이와 동등하게 일본 내 개최 주관자들과 모든 경기 참가자들에게 공식적인 규칙과 더불어 필요한 행동에 대한 규정을 준수할 책임이 있다고 생각합니다. 이 Playbook은 당신의 역할과 필요에 대한 최선의 지원을 보장하기 위해 제작되었습니다. 만약 여러분이 이전 올림픽대회에 참여해봤다면, 우리는 이번 올림픽대회가 여러 방면에서 다를 것이라는 것을 알고 있으며 이번 올림픽대회에 참가하는 모든 이들에게는 유연성과 이해력이 필요한 몇 가지 조건과 제약이 있을 것입니다.

의심에 여지없이 질문이 있을 것이라 생각됩니다. 이 Playbook의 첫 번째 버전은 대회를 위한 보다 상세한 계획을 수립할 때, 그리고 앞으로 직면하게 될 상황에 더 명확한 답이 필요할 때 우리 모두를 안내할 주요 원칙을 제공하는 것을 목표로 하고 있습니다. 국제연맹과의 지속적인 협의와 필요에 따라 4월까지 추가적인 업데이트가 진행될 것이며, 올림픽에 가까워질수록 구체적인 방안이 마련될 것입니다. 또한, 필요한 모든 정보를 최대한 신속하고 명확하게 제공할 것입니다.

우리는 함께할 때 더 강해집니다(#StrongerTogether). 우리가 공유하는 탁월함, 우정, 존경심이라는 가치는 우리를 안전하고 성공적인 대회로 안내할 것입니다. 만약 우리 모두가 Playbook을 준수하기로 약속한다면, 우리는 올 여름 모두의 기억 속에 각인될 특별한 대회를 함께 맞이할 것이라고 굳게 믿습니다. 우리의 회합은 인류의 희망의 상징입니다. 우리의 회합은 우리 최고의 모습을 필요로 합니다.

감사합니다. 대회에서 뵙겠습니다.

Kirsty Coventry,

Chair of the IOC Athletes' Commission and Member of the Coordination Commission for the Games of the XXXII Olympiad Tokyo 2020

Robin Mitchell,

Acting President of the Association of National Olympic Committees and Member of the Coordination Commission for the Games of the XXXII

원칙



사회적 상호작용 최소화

COVID-19는 감염된 사람이 숨을 내쉬거나, 기침이나 재채기를 할 때 생성되는 호흡기 비밀이 근처에 있는 사람들의 호흡기에 직접 닿거나, 비밀이 묻은 손 또는 물건 등을 만진 뒤 눈, 코 또는 입을 만질 때 전염될 수 있으며 사람에서 사람으로 전파됩니다. COVID-19 감염 위험은 공기가 잘 통하지 않는 혼잡한 공간 그리고 COVID-19 감염자와 가까운 곳에서 시간을 보낼 때 증가하기 때문에 사회적 상호 작용을 최소화하고, 마스크를 착용하고, 3Cs를 준수해야 합니다(밀폐되고(Closed), 혼잡한(Crowded) 또는 밀접접촉(Close contact)이 가능한 공간을 피하기).

#1



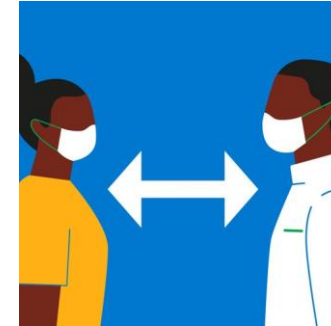
타인과의 친밀감을
표현하는 스킨십
최소화

#2

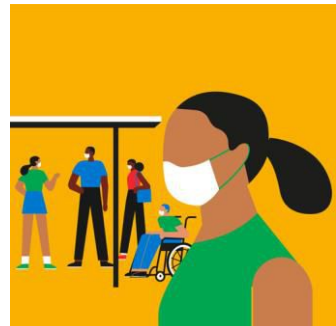


포옹과 악수를 포함한
신체적 접촉 피하기

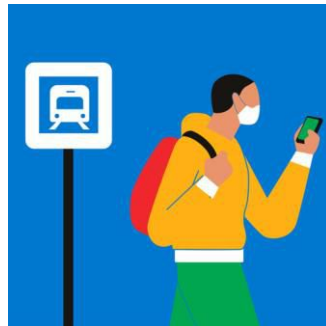
#3



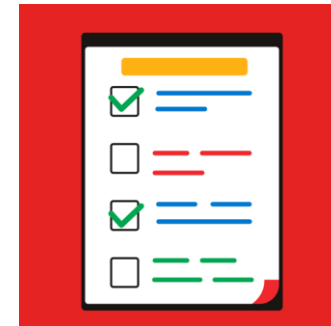
선수와 2m 거리 두기,
운영 공간을 포함하여
다른 사람과 최소 1m
간격 유지



가능한 한 밀폐된 공간
및 인파 피하기



Playbook에 따라 대회
전용 수송 시스템을 이용
허가를 받지 않는 한
대중교통 이용 자제



활동 계획을 작성하고
실행하기

검사, 추적 & 격리

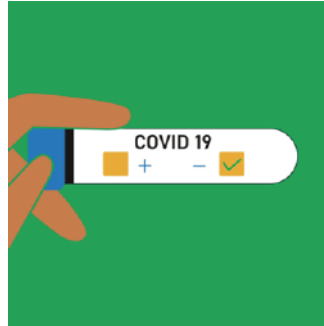
COVID-19의 확산을 막기 위해서는 대인간 전염의 고리를 끊는 것이 필수이기 때문에 검사를 통해 COVID-19 바이러스를 식별하고, 접촉 추적을 통해 누구에게 전염 되었을지 파악하고, 바이러스가 더 이상 확산되는 것을 막기 위해 격리 조치를 취하는 것이 중요합니다.

#1



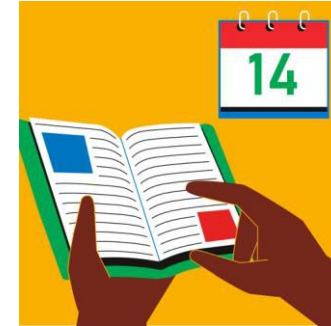
일본의 COCOA 및
건강 보고 스마트폰
애플리케이션(앱)
다운로드

#2



경기 참가 전 검사를
받고 음성 판정 결과 제출
도착 시 재검사 가능
(출발지에 따라 상이함)

#3



일본 도착 후 첫 14일
동안 적용되는
추가적인 제한사항
준수(자세한 사항은
Playbook 참조)

#4



역할에 따라 필요한
경우, 경기 중 COVID-
19에 대한 정기적인
검사 실시

#5



증상 발생 또는 추적
서비스를 통해 검사 대상이
되면 즉시 검사 및 자가 격리
실시

위생 고려

COVID-19는 감염자의 비말을 통해 일상 표면에서 살 수 있습니다. 만약 감염자의 비말이 묻어있는 물체들을 손으로 만지고 나서 눈, 코, 입을 만지면 감염 위험이 높아집니다. 따라서 자주 손을 씻고 주변을 환경을 깨끗이 청소 및 소독하고, 손으로 얼굴을 만지는 행위를 자제 하며, 재채기나 기침 시 입을 가리고 하는 등 위생의 기본을 잊어서는 안됩니다.

#1



정기적으로 손을 씻고
가능한 경우 손 소독제
사용

#2



실외가 아닌 경우 다른
사람과 2m 간격을 유
지하고 항상 마스크를
착용

#3



기침 시 마스크 또는
옷 소매로 가리기

#4



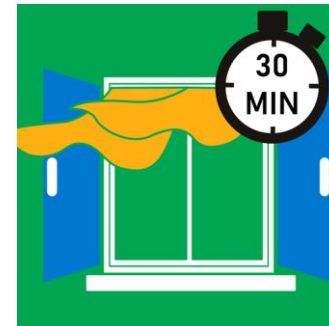
선수 응원 시 박수만 허
용되며 응원가 및 구호
자제하기

#5



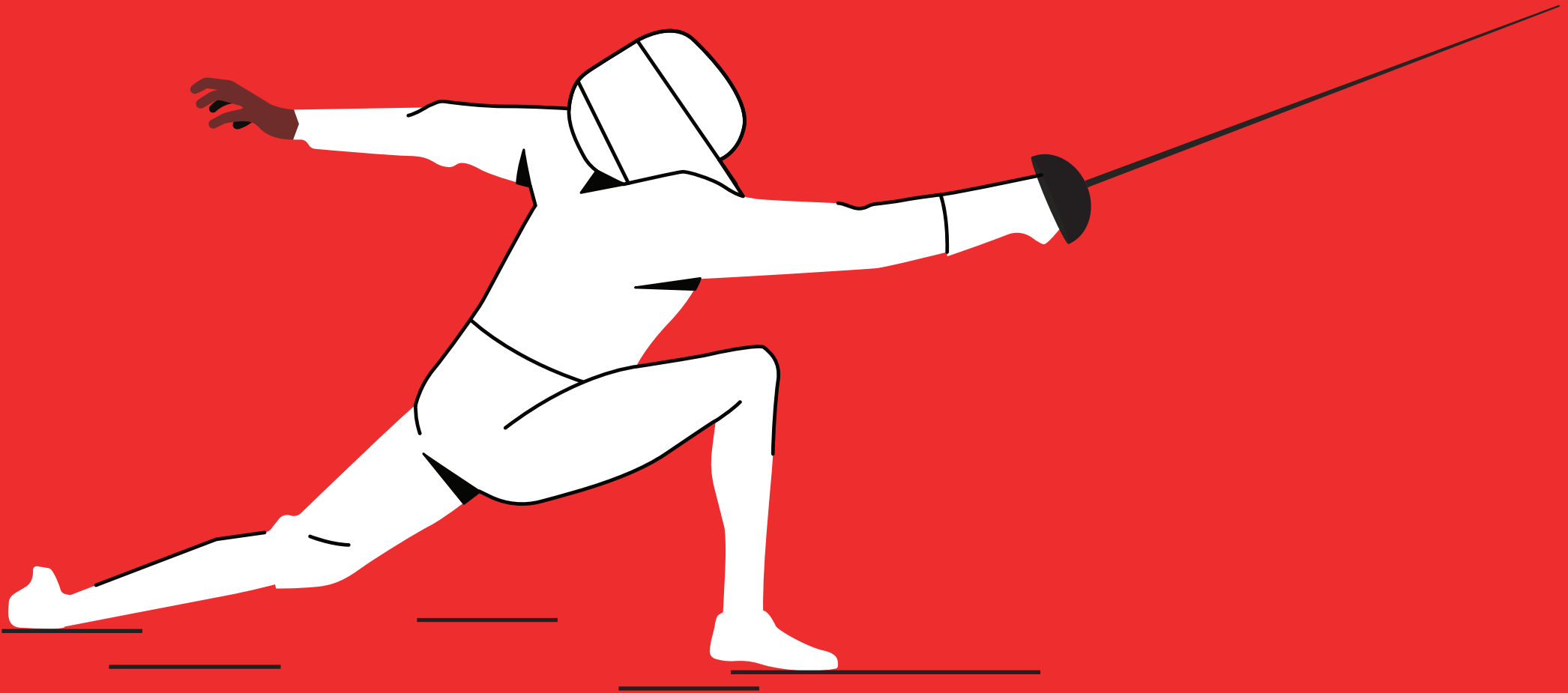
가능한 한 공유 물품을 사
용 자제, 피치 못할 경우
소독 후 사용하기

#6



30분마다 객실 및 공용
공간 환기 시키기

여정



소개

Playbook은 올 여름 모든 올림픽 및 패럴림픽 참가자들과 일본 국민들이 안전하고 건강하게 지낼 수 있도록 하기 위한 대회 기본 계획입니다. 플레이북은 도쿄 2020 조직위원회, IOC, IPC가 공동으로 개발했습니다. 또한 세계보건기구, 일본 정부, 도쿄도, 전 세계 전문가 및 조직을 포함하는 올 파트너 테스크포스의 광범위한 작업에 기반을 두고 있습니다.

본 Playbook은 선수, 경기임원으로서 귀하의 책임을 설명하고 있으며, 귀하의 국가올림픽위원회(NOC)/국가장애인올림픽위원회(NPC)에서 받은 보다 광범위한 정보와 함께 검토되어야 합니다. 이 규칙들은 종목과 국가에 상관없이 모든 선수, 경기임원에게 동일하게 적용됩니다.

여행 14일 전 그리고 일본 체류 기간 동안의 활동계획, 반드시 지켜야 할 절차와 규정들을 숙지할 시간을 가지시기 바랍니다. 이 활동계획에서 자신의 역할에 대해 개인적인 책임을 지는 것이 중요합니다. 선수와 경기임원으로서 당신이 기준을 설정하게 될 것입니다. 이미 일본에 머물고 있다면, 이 정보가 대회를 준비할 때 본인에게 어떻게 적용되는지 고려하시기 바랍니다.

중요정보

모든 NOC/NPC는 COVID-19 연락담당자를 지정해야 하며, COVID-19과 연관된 모든 문제와 관련하여 핵심 연락책이 될 것입니다. 또한, IOC/IPC, 도쿄 2020 조직위원회 그리고 일본 보건 당국의 연락을 받게 될 것입니다. COVID-19 연락담당자는 당신에게 본 Playbook을 이해하고 준수시킬 책임이 있으며 그들의 역할과 관련된 상세한 지침을 받게 될 것입니다.

본 Playbook은 최신 사항을 반영하도록 필요에 따라 업데이트될 예정이며 다음 버전은 2021년 4월까지 출판될 것입니다.

참고

본 Playbook은 IOC, IPC 및 도쿄 2020 조직위원회의 현재까지의 상황에 대한 이해가 정리된 후에 작성되었습니다. 우리는 Playbook을 통해 제공된 조치들이 대회 참가와 관련된 모든 위험과 영향을 완화시킬 수 있을 것이라고 믿고 있으며, 이를 준수하기 위해서는 여러분의 적극적인 참여와 지원을 기대하고 있습니다. 향후 일본 정부 및 도쿄도와 협력하여 일본 내 여건과 규제의 변화를 충분히 고려할 수 있도록 특정 대응책에 대한 추가 변경이 필요할 수 있습니다.

이는 Playbook의 향후 버전에 현재보다 더 많은 제한이 포함될 수 있음을 의미합니다.

우리는 Playbook을 통해 제공된 대책들이 대회 참가와 관련된 모든 위험과 영향을 완화시킬 수 있을 것이라고 믿고 있으며, 이를 준수하기 위해 여러분의 적극적인 참여와 지원을 기대하고 있습니다.

하지만, 모든 주의를 기울였음에도 불구하고, 위험과 영향은 완전히 제거되지 않을 수 있으므로, 여러분은 스스로 위험을 무릅쓰고 올림픽과 패럴림픽대회에 참가하는 것에 동의해야 합니다.



여행 수칙

상시 유의사항

- 타인과의 신체접촉 자제
- 선수와 2m 거리두기, 다른 사람과 최소 1m 거리두기
- 밀폐된 공간과 혼잡한 장소 피하기
- Playbook에 따라 대회 전용 수송 시스템을 이용 허가를 받지 않는 한 대중교통 이용 자제
- 손 씻기와 마스크 착용을 포함한 위생관리 준수
- 언제든지 (역할에 따라 필요한 경우) COVID-19 선별검사를 실시하고 스케줄에 따라 다른 간격으로 COVID-19 검사 실시 준비
- 일본에 체류하는 동안 사용할 수 있는 충분한 마스크 확보

1 출국 전

- 당신의 여정은 일본 도착 14일전부터 시작
- 모든 관련 문서(사전등록카드(PVC, Pre-Valid Card) 또는 비자, COVID-19 음성 확인서) 구비
- 일본에 머무는 첫 14일 동안의 활동 계획 작성
- COCOA 및 건강 보고 스마트폰 애플리케이션(앱) 다운로드 및 설치 및 일본 여행 전 14일동안 매일 건강 상태 확인
- 일본에 머무는 동안 가까운 접촉이 예상되는 모든 사람들의 리스트 준비
- 일본으로 출발 72시간 전 COVID-19 검사 실시 후 음성 판정 시에만 출국

2 일본 입국 시

- 출입국사무소에 PVC, OIAC/PIAC 또는 비자 그리고 COVID-19 음성 확인서 제출
- 일본 입국 시 COVID-19 검사 준비
- 최대한 공항을 통해 빠르게 이동하고 활동은 최소한으로 유지

3 대회 참가 중

- 대회 참가자는(역할에 따라 필요한 경우) COVID-19 선별검사를 실시하고 스케줄에 따라 다른 간격으로 COVID-19 검사 실시
- 증상 발생 또는 추적 서비스를 통해 검사 대상이 되면 즉시 검사 및 자가 격리 실시
- 입국 전 작성한 14일 활동 계획 실천(추가적인 활동 금지)
- 선수 응원 시 박수만 허용되며 응원가 및 구호 자제하기
- 특정 규정은 역할과 스포츠 그리고 특정 장소에 적용될 수 있음

4 일본 출국 시

- 최종 목적지 및 경유지에서 요구하는 입국 또는 체류 시 필요한 요구 사항 사전 숙지
- 필요시 출국 전 최종 COVID-19 검사 실시

BEFORE YOU TRAVEL

당신의 여정은 공항에서 시작되는 것이 아닙니다. 지금부터 최신 버전의 Playbook 을 읽고 숙지하기 바랍니다. 문의사항 발생 시, NOC/NPC 혹은 COVID-19 연락담당자 *(지명된 후)에게 연락하길 바랍니다.

Playbook 규칙은 출국 14일전부터 적용되며, 이 기간 동안 올바른 사고방식을 갖는것이 중요합니다.

*2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 Playbook 에서 COVID-19 연락 담당자 역할 과 관련 자세한 지침을 확인 할 수 있습니다.



Playbook 의 자세한 숙지를 권장합니다. 도쿄로 떠나기 전 Playbook '규정을 읽고 숙지해야 하며 자세한 사항은 P.32 '준수 및 제재'를 확인하시길 바랍니다.

일본에서 체류하는 기간 동안의 의학적 치료와 본국 송환이 포함된 보험가입은 필수입니다.

- 도쿄2020 조직위원회는 선수 및 경기임원들을 위해 선수촌 사전 개방부터 폐쇄까지의 기간 동안 이러한 보험을 제공할 예정입니다. 해당 보험은 오직 일본내 발생한 비용만을 부담합니다.

만일 당신이 일본 내 사전훈련캠프 또는 대회 후 호스트타운 교류프로그램을 참여한다면:

- 추가적인 지역별 조치를 개략적으로 서술하고 있는 호스트타운의 매뉴얼을 읽고 숙지하길 바랍니다.
- 당신의 NOC/NPC는 일본 입국 최소 한 달 전에 해당 조치에 대한 준수를 확정해야 합니다.
- 원칙적으로, 활동의 범위는 숙소와 훈련시설로 제한되어 있습니다. 또한 대중교통은 승인을 받지 않는 한 이용이 불가능합니다.



검사, 추적 & 격리

- PVC (Pre-Valid Card) 카드 소지 필수. 이 카드는 올림픽 등록 카드(OIAC)/패럴림픽 등록 카드(PIAC)로 유효화됨
PVC 카드가 없을 경우, 일본에 입국하기 위한 별도의 비자가 필요함
- **일본에서 체류한 첫 14일 동안 일본 당국과 공유할 활동 계획서 제출**
세부 내용은 다음과 같음:
 - 당신이 계획한 모든 활동
 - 당신이 이동할 장소 – 공식 대회 베뉴, 숙소, '목적지 및 이동 목록'에 정의된 추가 장소로 제한됨
*P.21~27 '대회 중' 섹션 참조
 - 어떻게 이동할 것인지
 - 어디에 머무르는지
* 2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 'Playbook'에서 '활동 계획(양식 포함)' 관련 자세한 지침을 확인할 수 있음
- 비행기 탑승 전에 경유지 및 일본 입국 시에 필요한 COVID-19 검사 및 증명서에 대한 최신 정보 확인
[일본 정부 지침 참고](#)
- 일본 정부가 운영하는 접촉 통지 앱인 COCOA (Contact Confirming App)을 다운로드하여 설치 후 등록
*별첨 – '스마트폰 어플리케이션' 참조
- 일본 출국 전 14일 동안 매일 자신의 건강 상태 확인
 - 매일 체온 측정 및 기록
 - 매일 개인 건강 상태를 파악(예: 체온 및 기타 COVID-19 증상) 후 COCOA 앱에 보고. 이 정보는 개인 정보 보호와 관련된 법률 및 규정에 따라 지역 보건 당국, 도쿄 2020 및 COVID-19 연락 담당자와 공유됨

검사, 추적 & 격리

- **출국 14일 전에 COVID-19 증상이 있는 경우:**
 - 일본으로 출국금지
 - COVID-19 연락 담당자에게 상황 전달 후 담당자로부터 다음 단계 조치 실행
[COVID-19 증상에 대한 WHO 지침 참조](#)
- **일본행 비행기 출발 72시간 이내에 일본 정부로부터 승인을 받은 COVID-19 검사 시행**
 - 현재까지 실시간 PCR, LAMP, CLEIA 검사가 일본 정부로부터 승인됨
 - 인증서의 신뢰성을 보장하기 위한 조치도 검토중
- **COVID-19 결과가 음성일 경우:**
 - COVID-19 음성 확인서 발급
 - 일본 도착 후 COVID-19 음성 확인서 제출 준비
 - COCOA 앱을 통해 COVID-19 음성 확인서 제출 요청
- **COVID-19 결과가 양성일 경우:**
 - 자국 규정에 따라 즉시 자가 격리 개시
 - COVID-19 연락담당자에게 상황 전달(증상, 검사 결과 및 밀접 접촉자 기록)후 다음 조치 사항에 대해 동의

SOCIAL

- 일본 출국 전 14일 동안 다른 사람들과의 신체 접촉 최소화
- 일본 방문 기간 중 밀접 접촉이 예상되는 사람에 대한 리스트 준비(예: 룸메이트, 코치, 물리치료사, 팀 구성원)
 - 이 리스트는 COVID-19 연락담당자에게 제출될 것이며, 필요한 경우 밀접 접촉자를 추적할 때 활용될 예정
- * 2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 Playbook '에서 밀접접촉' 관련 자세한 지침을 확인할 수 있음

위생

- **모범적인 위생 관리 실천**– 마스크 착용, 손 씻기 및 손 세정제 사용
- **일본에 체류하는 동안 충분한 마스크 구비가 필요함. 모든 사람은 자신의 물품 공급에 책임이 있음**
 - WHO 권고사항에 따라 마스크 상시 착용
 - 천으로 제작된 마스크의 경우 두 겹에서 세 겹으로 제작된 마스크 착용을 요하며, 정기적으로 고온에서 세탁이 필요함
 - 내층(Inner layer) : 코튼으로 처리된 면과 같은 흡수성 소재
 - 중층(Middle layer) : 폴리프로필렌과 같은 부직포 소재
 - 외층(Outer layer) : 폴리에스테르 또는 폴리에스테르 혼방과 같은 비흡수성 소재
- **제품에 대한 제조업체의 권장 사항 및 위생증명서 확인**
- **참고:**
 - 덥고 습한 날씨에는 평소보다 더 많은 마스크가 사용될 예정이니 축축해진 마스크는 교체 후 세척 요망
[마스크 착용에 대한 WHO 지침 참조](#)

일본 입국 시

일본에 도착하면, 공항에서 즉시 다음 프로토콜을 준수하며 이동해야 합니다.

방문 후 14일 동안 추가 준수 사항이 적용되며, 신체적 거리두기 및 위생 규정은 일본에서 체류하는 기간 동안 상시 준수하길 요청합니다.

OIAC(올림픽 등록카드)/PIAC(패럴림픽 등록카드) 인증을 위해 일본에 입국하는데 필요한 PVC(Pre-Valid Card) 준비해야 합니다.



검사, 추적 & 격리

- 출입국 검사 시 필요 사항:
 - PVC, OIAC/IPIAC, 비자와 함께 여권 준비 혹은 PVC/비자와 관련된 기타 여행 증명서
 - 72시간 이내에 실시된 COVID-19 음성 확인서
- 공항에서 COVID-19 검사를 받을 준비
 - 출신국가 혹은 지난 14일간 방문한 국가에 따라 공항에서 진단검사 실시. 그렇지 않을 경우, 올림픽/패럴림픽 선수촌이나 사전훈련캠프에서 실시.
 - 사전훈련캠프에 참가하는 경우, 올림픽/패럴림픽 선수촌에 입촌하기 3일 전에 COVID-19 검사 재실시. 이 검사는 호스트타운 당국에서 준비 예정
 - 검사 결과가 양성인 경우 일본 보건 당국의 지침에 따라 정부에서 승인된 격리 시설에서 의무 격리

- COVID-19 증상이 있는 경우
 - COVID-19 연락담당자에게 즉시 알려야 함. 연락담당자는 도쿄 2020 조직위, 혹은 사전훈련캠프 호스트타운 당국 등과 협의할 것임
- * 2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 Playbook 에서 격리 '관련 자세한 지침을 확인할 수 있음

SOCIAL

- 도쿄 2020 조직위와 NOC/NPC의 지침에 따르며, 가능한 빨리 공항 통과 요망
 - 등록 확인 카운터(PVC를 소지한 경우)를 제외한 상점 또는 기타 서비스를 방문하지 말 것
 - 다른 사람과의 접촉을 최소화하기 위해 공식 공항에 마련된 대회 전용 통로를 이용할 것
- 올림픽/패럴림픽 선수촌 체류와 관련하여 NOC/NPC의 지침을 준수할 것. '체류기간' 지침에 따라 일정 이 정해지며, 다른 그룹과의 접촉을 최소화할 것임
- 지정된 대회 차량만 사용할 것 - 대중교통 사용 금지. 사전훈련캠프에서 이동을 위한 다른 방법이 없을 경우 항공이나 철도(고속철도) 이용 가능
 - 좌석 배치 시 탑승객 간에 거리 유지(띄어 앉기 등)
 - 대회 전용 차량을 사용하지 않는 경우, 플레이북에 명시된 규칙 준수 요망



PARALYMPIC CONSIDERATIONS

-
- 다른 사람의 도움으로 휠체어 또는 기타 이동 장치를 사용할 경우 (예: 항공사 직원) 관련 표면을 소독용 물티슈로 정기적으로 소독 실시

대회 중

일본에 체류하는 동안, 모든 사람들의 안전과 건강을 위해 거리두기 및 위생 수칙 준수 등 방역 수칙을 준수하고 활동 범위를 최소화 해야하며, 일본 입국 후 14일 동안 추가 준수 사항이 적용될 예정입니다.

일본에 입국하는 모든 이들은 COCOA앱을 통해 매일 자신의 건강 상태를 의무적으로 보고할 책임이 필요합니다.

COVID-19 검사는 전반적으로 COVID-19 양성 판정을 받은 밀접접촉자와 COVID-19 유증상자를 확인하여 검사할 수 있으며, COVID-19 감염 확산을 최소화할 수 있는 중대한 부분을 차지합니다.



검사, 추적 & 격리

- 매일 여러분의 개인 건강 상태(예: 체온 및 기타 COVID-19 증상)를 능동적으로 점검하고 결과를 앱 COCOA를 통해 보고
 - *별첨 - 스마트폰 어플리케이션 '참조'
- 대회 체류기간동안 매 4일마다 COVID-19 진단검사 실시
 - 검사 시기와 빈도는 종목 및 경기 일정에 따라 조정될 수 있음
 - 검사는 올림픽/패럴림픽 선수촌 내 전용 시설 또는 기타 선수촌에 거주하는 선수를 위한 지정된 시설에서 실시
 - 비공식 숙소에 머무는 경우, 올림픽/패럴림픽 선수촌에 가서 검사를 받아야 함
 - 결과는 시기적절하고 효율적인 방식으로 처리되며 개별 건강 상황을 고려하여 해석됨
 - 복잡한 사례의 결과 해석을 위한 특정 프로토콜은 추후 결과 자문 전문가 그룹(RAEG)에서 개발 예정
- 진단검사는 도쿄 2020 조직위에서 제공하는 웹 시스템을 통해 예약 가능
- 올림픽 대회 기간중 COVID-19 양성 판정을 받을 경우:
 - 즉시 COVID-19 연락담당자에게 사실을 전달한 후 격리 시행
 - 필수적으로 격리 혹은 입원 진행. 경기 참가 금지
 - COVID-19 감염의 심각성 혹은 증상에 따라 일본 보건 당국에서 격리 장소(일본 정부 승인시설)와 격리 기간 설정
 - 일본 당국이 지정한 가이드라인에 따라 격리 해제 결정 예정
 - COVID-19 연락담당자는 당신의 첫 증상 발현시점 또는 검사 2일 전부터 격리되기 시작한 시점까지 당신의 밀접 접촉자, 방문한 올림픽 메뉴를 포함하여 활동 사항을 면밀히 검토할 예정임
 - 또한, 일본 보건 당국 및 도쿄 2020와 협력하여 특정 공간의 방역 등 추가 조치 결정 예정
- 밀접접촉자에 대한 정보는 일본 보건 당국과 도쿄 2020 조직위에 통보되며 추가적인 지침 준수 필요
- * 2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 Playbook 에서 검사(시기, 결과 공유, 장소), 웹시스템, 격리 '관련 자세한 지침을 확인할 수 있음.

검사, 추적 & 격리

- 대회 중에 COVID-19 확진자와 밀접 접촉한 경우
 - COCOA 앱을 통해 안내 COVID 19 연락 담당자가 COVID-19 검사를 요청함
 - COVID 19 연락 담당자가 다음 단계에 대해 안내함
 - 연락 받은 즉시 COVID-19 검사를 받아야함
 - 올림픽/패럴림픽 선수촌의 지정 장소에서 검사 실시 예정
 - 검사 결과를 받을 때까지 지정된 장소에서 대기. 도쿄 2020 조직위원회는 현재 검사 결과 음성일 경우 계획대로 경기에 참가할 수 있는 방안을 일본 보건 당국과 협력중
- 메뉴에 들어갈 때마다 체온 측정 준비
 - 37.5도 이상을 기록할 경우 재확인을 위해 다시 측정
 - 2번째 측정에서 37.5도 이상을 기록할 경우 해당 메뉴에 출입 불가하며 COVID-19 연락 담당자에게 알리고 지침을 따라야 함. 추가 절차를 위해 격리 장소로 보내질 것임

* 2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 Playbook '에서 메뉴에서의 체온 측정 '관련 자세한 지침을 확인할 수 있음

- 대회 중에 COVID-19 증상이 나타나면 즉시 COVID- 19 연락 담당자에게 연락하여 다음 단계를 설명 받아야 함. 증상에 대한 WHO 지침 참조
- 대회 경기장에 있는 경우, 경기장 의무 시설에서 건강 검진 실시
- COVID-19 감염 가능성이 있는 것으로 간주되는 경우, COVID-19 검사를 위해 올림픽/패럴림픽 선수촌에 있는 외래 환자 클리닉(또는 다른 지정된 의료시설) 으로 이송
- 검사 결과를 받을 때까지 외래 환자 클리닉에서 대기 필요

SOCIAL

- 가능한 한 다른 사람과의 접촉 제한
- 다른 사람과의 2m 거리 유지
 - 다른 사람과의 거리가 2m 미만인 경우가 발생할 수도 있음(예: 경기구역, 준비구역). 도쿄2020 조직위, IOC/IPC, IF는 이에 대해 필요한 대책을 개발 및 실시할 예정임
- 밀접접촉자 목록을 최신 상태로 유지할 것
- 대회 전용 차량만 사용할 것. 사전 허가 없이 대중교통 이용 금지.
 - 원거리에 위치한 경기장 이동을 위해 다른 교통수단이 없는 경우에만 항공, 철도(고속철도)로 이동 가능
 - 좌석 배치 시 탑승객 간에 거리 유지(띄어 앉기 등)
 - 대회 전용 차량을 사용하지 않는 경우, 플레이북에 명시된 규칙 준수 요망
- 14일 활동계획에 기재한 활동 수행을 위해서만 올림픽/패럴림픽 선수촌(또는 기타 지정숙소)에서 나갈 수 있음
- '목적지 및 이동목록'에 정의된 공식 대회 메뉴 및 제한된 추가장소에만 갈 수 있음.
(미디어장소, High Performance 훈련센터 포함)
 - 체육관, 관광지, 쇼핑몰, 식당, 바 등 방문금지

* 2021년 4월 이전에 업데이트 예정인 본 Playbook에서 스포츠/메뉴/역할별 대책 및 '목적지 및 이동목록' 관련 세부 지침 확인 가능
- 선수촌에 체류하는 경우, 선수촌이나 공식 경기장에서만 식사 가능. 선수촌에 체류하지 않는 경우, 공식 경기장이나 숙소에서만 식사 가능

SOCIAL

- 접촉을 최소화하기 위해 팀원 또는 다른사람들과 2m 혹은 권장 거리 유지하면서 식사
 - 가능하면 사람 많은 장소와 밀폐된 공간을 피할 것
 - 물리적 거리를 유지할 수 없는 공간에서 불필요하게 오랜 시간 있지 않고 엘리베이터와 같은 붐비는 공간에서는 대화 삼가
 - 포옹, 하이파이브, 악수 등 불필요한 신체 접촉 삼가
 - 반도핑은 ITA(올림픽), IPC(패럴림픽)의 관리하에 국제 표준, 보건 및 안전 조치, WADA의 지침에 따라 운영될 것
 - 종목 및 역할에 따라 특정 장소에서는 추가적인 규칙이 적용될 것. 도쿄2020 조직위, IOC/IPC, IF에서 개발 예정
 - 개폐회식에서는 추가적인 규칙 적용 예정. 도쿄 2020 조직위, IOC/IPC에서 개발 예정
- *2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 Playbook에서 종목/역할별 대응책과 특정 장소, 행사 '관련' 자세한 지침을 확인할 수 있음

HYGIENE

- 일본에 머무는 동안 좋은 위생법을 시행하고 향상된 청소 프로토콜 및 위생 대책이 마련될 장소 및 숙박 시설에 명시되는 규정 준수
 - 종목/역할 및 일부 장소(예: 경기구역, 준비구역)에 따라 특수 규칙이 적용될 수 있으며 도쿄 2020, IOC/IPC 및 IF에 의해 개발될 예정임
- 훈련, 경기, 식사, 수면, 밖에 있거나 혹은 2m 거리를 둘 수 있는 경우를 제외하고 상시 마스크 착용 (마스크 착용에 대한 WHO 지침 참고)
 - 마스크를 착용하기 전에 손을 깨끗이 씻고 눈, 코, 입 만지지 말 것
 - 가능하면 최소 30초 동안 비누와 따뜻한 물로 손을 씻고 그렇지 못할 상황이라면 손세정제 사용
 - 마스크가 축축해질 경우 바로 교체하고 매일 세척할 것
 - 안면 가리개는 마스크 대신 사용할 수 없으며, 눈 부위 또는 눈병 감염을 예방하는 경우 혹은 마스크를 착용하는 것이 비현실적인 상황에서만 사용해야 함
- 기침은 마스크 안, 소매 또는 휴지에 기침하고 사용한 휴지/일회용 마스크/마스크 필터는 쓰레기 통에 버릴 것
- 비누와 따뜻한 물로 최소 30초 동안 손을 규칙적이고 철저하게 씻고 그렇지 못할 상황이라면 손세정제 사용
- 고함, 환호, 노래부르기 금지 - 박수치기와 같이 경기 중에 응원이나 축하할 다른 방법을 찾을 것
- **최소 30분 마다 정기적인 실내 환기 실시**
- 가능하면 물품을 공유하지 말고 항상 다른 사람이 이전에 사용한 물품은 소독
- 식사 후 식탁 소독
- 본 규칙의 시상식에서의 적용 방안은 논의중

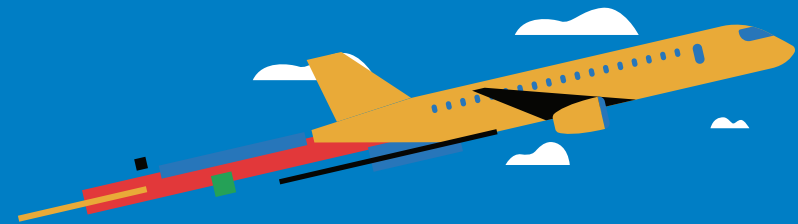
PARALYMPIC CONSIDERATIONS

- 도움이 필요한 개인은 다른 구성원으로부터 도움을 받을 수 있으며, 이 경우 2m 이상의 거리두기 규정에서 면제됨
 - 다른 사람에게 도움을 줄 때는 상시 마스크 착용
 - 도움을 준 이후, 손을 소독하고 사람들과 최소 2m 거리두기 실시
 - 가능하면 신체 접촉을 최소한으로 유지
- 의사소통 할 때 입 모양, 정확한 소리 및/또는 표정에 의존하는 사람에게 말을 하거나 도움을 주는 경우 일시적으로 마스크를 벗을 수 있으며, 최소 2m 거리에 있어야 하며 가능한 한 빨리 마스크를 다시 착용
- 특정 상황에서 다른 사람이 다룰 수 있는 휠체어 또는 기타 이동 장치를 사용하는 경우(예: 운전자) 표면을 소독용 물티슈로 정기적으로 소독 실시
- 식사 직전에 손 씻고 세정하는 것이 중요하며, 필요한 경우 도움을 받아야 함

LEAVING JAPAN

감염 위험을 줄이고 안전하고 성공적인 대회 개최를 위해 일본 체류 기간은 최소화되었습니다.

출국 전 그리고 본국에 도착할 때까지 위생 및 거리 두기를 포함한 'Playbook' 내 규정을 준수해야 합니다.



검사, 추적 & 격리

• 체류 기간 지침에 따라 최종 경기 후 48시간 이내에 올림픽 및 패럴림픽 선수촌에서 출발하는 것과 관련하여 NOC/NPC의 지침 준수

• 경기 후 호스트타운 교류 프로그램에 참가하는 경우, 관계 기관의 지침 준수

• 최종 목적지 및 경유지에서 요구하는 최신 입국 요건을 숙지 필요.

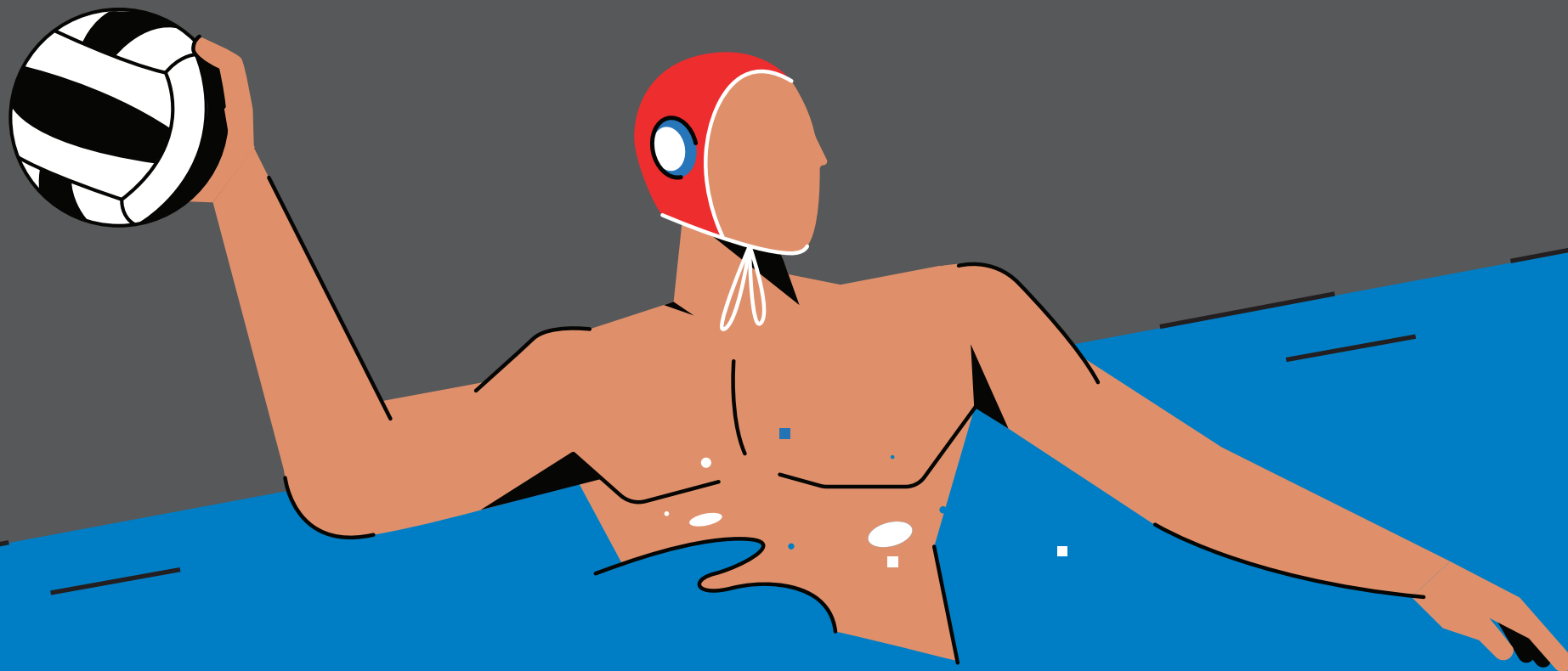
• 해외 여행 시 필요할 수 있는 출국 전 최종 COVID-19 검사 실시 준비

• 공항 이동 시 대회 지정 차량 이용

• 최종 목적지 입국 시 현지 COVID-19 규정 준수

* 2021년 4월 전에 업데이트 예정인 본 Playbook 에서 출국 전 검사 '관련 자세한 지침을 확인할 수 있음

FURTHER INFORMATION



백신

백신은 적절한 시기에 적절한 방법으로 사용될 수 있는 툴박스(Toolbox)에서 이용 가능한 많은 대안 중 하나이며, IOC는 취약계층, 간호사, 의사 및 사회를 안전하게 지키는 모든 사람들에게 우선순위로 백신 접종을 하는 것을 지속적으로 강력하게 지지합니다.

더 많은 대중들에게 백신 접종이 허용 될 시기에, IOC는 올림픽 및 패럴림픽 선수단이 NOC와 NPC의 홍보대사로서의 역할 그리고 UN 총회에서 채택된 UN 결의안에서 언급된 ‘개인 및 지역사회의 건강 및 웰빙에 기여하는 세이프 스포츠(safe sport) 장려’를 고려하여 백신 접종을 실시할 것을 요청함. 한편, UN 결의안에서 올림픽 및 패럴림픽의 중요성도 강조된 바 있습니다.

따라서 IOC는 선수, 임직원, 이해관계자들이 일본 입국 전에 자국에서 백신 접종을 받을 수 있도록 격려하고 지원하기 위해 NOC와 협력할 예정입니다. 이는 안전한 올림픽 환경을 형성하기 위해서도 있지만 참가자들 뿐만 아니라 일본 국민들을 보호하기 위해 모든 것이 이루어지고 있다고 보장 받아야하는 일본 국민에 대한 존중을 표하기 위해서입니다.

NOC와의 협의 과정에서 IOC는 다수의 국가 정부가 이미 이 점에 대해 긍정적인 결정을 내렸거나 NOC와 협의 중이라고 전달 받았습니다.

IOC는 206개 NOC의 백신 접종 현황을 상세히 파악하기 위해 NOC에 이와 관련하여 각 정부와 적극적으로 협력하고 2021년 2월 초 IOC에 보고 요청 서한을 보냈으며, NOC는 각각의 NPC와 관련하여 협력하길 권장합니다.

참고 사항

대회에 참가하기 위해 백신 접종이 필수는 아니지만, 백신 접종 여부에 관계없이 ‘Playbook’에 기재된 모든 규정이 적용됩니다.

준수 및 제재

모든 주의를 기울였음에도 불구하고, 위험 요소가 완전히 제거되지 않을 수 있으며 개인이 위험을 무릅쓰고 올림픽 및 패럴림픽에 참가하는 것에 주의가 집중되고 있습니다. 우리는 이러한 조치가 위에서 언급된 위험과 영향을 완화하는 데 비례한다고 믿고 있으며, 이러한 조치를 준수할 수 있도록 귀하의 지원에 전적으로 의지합니다.

올림픽 및 패럴림픽의 등록 절차의 일부로, 당신의 소속기관은 이러한 조치와 관련된 정보에 당신에게 제공할 것이며, 특히 'Playbook'의 규정 준수는 당신의 등록을 승인하고 유지하는 조건이며, 경우에 따라 이러한 조치에는 건강 관련 정보를 포함한 개인 정보 처리가 포함 될 수 있습니다.

위 사항을 고려하여 본 'Playbook'(추가 업데이트 포함)의 내용을 주의 깊게 읽고 이해하고, 여기에 포함된 규정과 더불어 일본 당국, IOC 또는 당신의 소속기관에서 발행할 수 있는 추가 지침을 준수할 것을 요청합니다. 이러한 규정 및 지침을 준수 하는 것이 모두의 건강을 보장하기 위한 것이며 공통의 목표를 성공적으로 달성하기 위한 핵심입니다.

본 'Playbook'에 포함된 규정을 따르지 않을 경우 올림픽 및 패럴림픽 참가, 메뉴 방문 및 경우에 따라 경기 참가에 영향을 미칠 수 있는 결과에 노출될 수 있으며, 이러한 규정을 반복적으로 혹은 심각하게 준수하지 않을 경우 올림픽 및 패럴림픽에 참가할 수 있는 권리 및 자격이 박탈 될 수 있습니다.

'Playbook'에 설명된 조치 중 일부는 일본 당국의 관할하에 있는 일본으로의 입국 및 출국과 관련 있다는 것을 명시하고 이러한 조치를 위반할 경우, 14일 동안 격리 대상이 되거나 일본 체류 허가 취소 절차를 밟는 등의 결과가 발생할 수 있습니다.



International
Olympic
Committee



**INTERNATIONAL
PARALYMPIC
COMMITTEE**



TOKYO 2020



TOKYO 2020
PARALYMPIC GAMES



The Playbook has been developed jointly by the Tokyo Organising Committee for the Olympic and Paralympic Games 2020, the International Olympic Committee and the International Paralympic Committee.
All trademarks are the property of their respective owners.

© 2021 – International Olympic Committee – All Rights Reserved.