

令和2年6月10日

対人稽古再開に向けた感染拡大予防ガイドライン

川越市剣道連盟

稽古再開にあたって

全日本剣道連盟（以下「全剣連」）が、6月10日付で「対人稽古自粛のお願い」を解除するとともに「稽古再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」（以下「全剣連ガイドライン」）を制定したことを受け、川越市剣道連盟は全剣連ガイドラインに則り、川越市剣道連盟のガイドライン及び稽古計画(以下「川剣連ガイドライン」)に基づき稽古再開を行います。

また、川越市剣道連盟所属団体にあつては、川剣連ガイドラインを参考に、各団体の地域における感染状況、会員構成(年齢や性別、習熟度)、稽古場所等の特性に応じたガイドラインを個別に作成し、当該ガイドラインは、施設者当局に報告し、道場等に掲示、所属会員に配布などして、徹底を図って下さい。

なお、川剣連ガイドラインは、今後の感染状況等を踏まえて、逐次見直しながら対応して行くことをご了解ください。

ガイドライン

1. 稽古に参加するにあたって

- 基礎疾患のある者は稽古に参加しない。
 - ◇ 基礎疾患のある者とは、「糖尿病、心不全、慢性閉塞性肺疾患(COPD)、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方など」をいう。
 - ◇ やむを得ない事情があつてこれらの者が稽古に参加しようとする場合は、あらかじめ主治医の了解を得ること。
- 以下の条件に該当する者は稽古に参加しない。
 - ✓ 体調がよくない場合

- ◇ 発熱、咳、咽頭痛などの症状がある場合
- ◇ 症状がなくても感染している場合があるので、体調が普段と異なる時は、稽古への参加を慎重に判断すること
- ✓ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- ✓ 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
- ✓ 所属団体の会員以外の者（当面）
- 稽古に参加する者は、自宅と稽古場所の往復の際にはマスクを着用し感染予防に努める。
- 稽古を行うものは、飛沫の飛散防止等のため、面マスク・シールドを必ず着用すること。（新型コロナウイルス感染症が完全に終息するまでの暫定的な処置）

2. 稽古を始める前に

- 稽古前に各人が検温を行い、発熱がある場合は、稽古しない。
 - ◇ 発熱がなくても、咳、咽頭痛がある場合も、稽古しない。
- 稽古前に、手洗い、うがい、アルコールによる手指の除菌を行う。
- 稽古の都度、記帳（氏名、連絡先等）を行う。
- 着替えは原則自宅で行う、更衣室使用の場合は、交代で使用する等、更衣室の密集を避ける。
- 床の清掃を行う。

3. 稽古に当たって

- 準備体操、素振り等は、原則一列となって同じ方向を向き、向かい合わない。やむなく向かい合う場合又は 2 列以上になる場合はおよそ 2m の距離を取る。発声も極力控える。
- 密集（「3密」の一つ）を避けるため、以下の事項を遵守する。
 - ✓ 稽古は、密集を避ける観点から適正人数で行う。
 - ✓ 稽古時、元立ち間の間隔は 2 メートル以上とする。この結果、同時に稽古できる人数が、当該道場・体育館等の稽古可能な上限人数とする。

- ✓ 一般稽古会に生徒、児童の参加はできない。(当面の間)
- ✓ 休憩時間中はマスクを着用するとともに、過度な接触は行わない。
- ✓ 見学者は、道場、体育館の内部での見学は控える。
- ✓ 児童等の保護者は、原則道場、体育館での見学は控え、外で待機すること。

- 新型コロナウイルスの感染源となりうる口からの飛沫飛散を防止するために次の事項に留意する。
 - ✓ 稽古での発声は、極力抑制する。
 - ✓ 鏝競り合いは避ける。練習中、やむを得ず鏝競り合いとなった場合は、すぐに分かれるか引き技を出し、発声は行わない。
- 感染のリスクを低めるため、稽古時間は1時間を目安とする。また、窓を開放し送風機等(クールファン、大型扇風機等)の使用により、十分な換気を行う。

4. 稽古の後に

- 稽古終了後、個人同士の礼は行わず、全体の礼のみとする。
- 稽古終了後は、使用済みのシールド・面マスクをビニール袋に入れて持ち帰り、洗浄、除菌を行う。
- 体育館シャワーの利用はできない。
- 稽古後、剣道具(特に面、小手)、使用済みのシールド・面マスクは、アルコール消毒等を行う。
- 剣道着・袴・手拭い・竹刀は稽古終了の都度持ち帰り、洗濯や除菌を行う。
- 稽古後は道場の清掃を行い、手洗い、うがい、アルコールによる手指の除菌を行う。

5. 感染が判明した場合

- 稽古の参加者が新型コロナウイルス感染症を発症した場合、速やかに所属団体責任者に報告する。

6. その他

- 剣道具、竹刀、手ぬぐい、タオル、その他剣道に關係する用具は、共用しない。
- 共用道具類（太鼓のぼち等）、出入り口のドアノブ、窓のロック、その他稽古参加者が接触する箇所は、稽古前後にアルコール等で除菌を行う。
- 団体間の交流、出稽古、個人での武道場使用は当面禁止する。
- 稽古の前後においても、厚生労働省が公表している「新しい生活様式」を遵守すること。
- 上記以外の事柄については、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点に立つて常識の範囲で対応すること。

稽古計画

1. 川越市剣道連盟の定例稽古は、7月1日（水曜日）からの開始予定といたしますが、長期の自粛による体力の低下や新型コロナウイルス感染症の第二波の懸念を考慮し、各人がガイドラインに則り、稽古をしてください。
2. 当面は、各人が準備体操やトレーニング、素振りに重点を置き、基本稽古を中心とした、無理のない稽古を心がけてください。

以上