

五剣会五日市支部 稽古再開に向けた感染拡大予防ガイドライン

1. 稽古の実施にあたって

- (1)五剣会五日市支部は、稽古を再開するにあたっては、自治体の対処方針を遵守するものとする。
- (2)稽古再開にあたって五剣会五日市支部は「五剣会五日市支部ガイドライン」に従って稽古を再開することについて、近隣・社会の理解を得るように努める。

2. 稽古に参加するにあたって

- (1)基礎疾患のある者は参加しない。基礎疾患のある者とは、「糖尿病、心不全、慢性閉塞性肺疾患、透析を受けている者、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている者」をいう。やむを得ない事情があってこれらの者が稽古に参加しようとする場合には、あらかじめ主治医の了解を得ること。
- (2)以下の条件に該当する者は稽古に参加しない
 - ・体調が良くない者
 - ・発熱・咳・咽頭痛などの症状がある者
 - ・発症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ている者があるとき
 - ・過去14日以内に政府から入国制限、入国の観察期間を必要とされている国や地域への渡航また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）
- (3)稽古に参加する者は自宅と稽古場所の往復の際はマスクを着用し、感染予防に努める

3. 稽古を始める前に

- (1)稽古前に検温を行い、発熱がある場合は稽古をしない
- (2)稽古前にうがい、アルコールによる手指の除菌を行う
- (3)着替えは自宅で行う。また更衣室を交代で使用する際は密集を避ける。
- (4)扉や照明などのスイッチなど不特定多数が接触する可能性のある箇所を除菌する。

4. 稽古にあたって

(1)準備運動、素振り等は 2m以上の間隔を取った列となって、同じ方向を向き、向かい合わない。また発生も極力控える。

(2)稽古を行う者は飛沫の飛散防止のため、以下の対応を行う。

- ・稽古を行う者は相手への飛沫を防止するため、必ずマスク（以下「面マスク」）を着用する。面マスクは呼吸障害を起こさないようにするため、通気性のある物や顎の部分を締め付けない物で吐息が下部と側方に逃げる物が望ましい。なお密閉性の高い医療用マスクの使用は避ける。手拭いに紐をつけ、鼻の部分を覆った上、頭部の後ろで結ぶことも考えられる（この場合顎の部分は締め付けないようにして、マスク下部や側方の通気性を確保する）。面マスクは全剣連が発表したサンプルを参考にされたい。

- ・稽古を行う者は、主に相手からの飛沫を防止するため、シールドの着用を強く推奨する。シールドとは目、鼻、口を覆う程度の大きさで、ポリカーボネイト積層板等の素材で製作された面金内部に装着する用具である。シールドは目、鼻、口を覆う物であれば一体型でも複数枚を組み合わせるものであっても良い。シールドについても全剣連が発表したサンプルを参考にされたい。

- ・これらの飛散防止用具を装着した稽古により熱中症が発症することを防ぐため、稽

古時間の短縮や休憩、こまめな水分補給、体育館の温度管理などを常に留意する。

(3)密集（「3密」のひとつ）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 m以上とする。この結果同時に稽古できる人数が体育館の稽古可能な上限人数とする。元立ちが立つ位置に2 mごとに目印を貼ることを考慮する、二部制にするなど密集を避ける工夫を行う。

- ・休憩時間はマスクを着用するとともに、過度な接触を行わせないように配慮する。

- ・見学者は原則体育館の内部に入れないようにする。

- ・保護者は当番担当者や送迎時を除き、原則体育館の内部に入らないようにする。

(4)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、次の事項に留意する。

- ・稽古での発声は極力抑制する

- ・鏢迫り合いは避ける。稽古中にやむを得ず鏢迫り合いとなった場合、すぐに分かれるか引き技を出し、発声は抑制する。

5. 稽古の後に

- (1)稽古終了後の先生への礼はしばらくの間中止する。
- (2)稽古終了後は面マスクをビニール袋に入れて持ち帰り、洗浄と除菌を行う。
- (3)稽古終了し帰宅した後は剣道具（特に面と小手）、使用済みのシールドはアルコールにより消毒を行う。
- (4)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。
- (5)稽古後もうがいとアルコールによる手指の除菌を行う。
- (6)体育館のドアや窓の把手部分など、稽古参加者や保護者が接触する可能性のある箇所は稽古前後に除菌を行う。稽古終了後には体育館床の除菌を行う。

6. 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し、所属団体責任者は広島県剣道連盟に報告をすること。

7. その他

- (1)剣道具、竹刀、手拭い、タオルその他剣道に関する用具は共用しない。
- (3)団体間の交流、出稽古は当面の間禁止する。