

令和2年6月29日

全剣連対人稽古再開に向けた感染拡大予防ガイドラインに沿った

早良区剣道連盟 各団体ガイドライン

早良区剣道連盟

I. 活動団体責任者がすること

1. 稽古計画の策定

(1) 新型コロナウイルス感染症の第二波への懸念、3か月以上の自粛で稽古参加者の体力が落ちている可能性を考慮し、稽古は慎重に再開する。

(2) 当初は準備体操やトレーニング、素振りに重点を置き、徐々に負荷をかけていく計画を基本とする。

(3) 稽古の計画作成

① 稽古開始 7月1日より当初10日間は、稽古時間は1時間とし3分の2は、準備体操、トレーニング、素振りなど。面をつけての稽古は稽古時間の3分の1程度とする。

② 次の10日間は、稽古時間の2分の1は、準備体操やトレーニング、素振りなどを行い、面をつけての稽古は全体の稽古時間の残り2分の1程度とする。

③ 再開20日目（7月20日）以降は、通常の稽古に戻る。

※ 活動団体の会員に生徒、学生がいる場合は、計画策定に当たって、文部科学省の「学校の新しい生活様式」（令和2年5月22日）の趣旨を尊重するものとする。

【学校の「新しい生活様式」の要旨】『各教科における「感染症対策を講じてもなお感染のリスクが高い学習活動」として、密集、密接する体育等が含まれる。

剣道は三密要素が高いので、剣道ガイドラインを遵守する。

活動をする前には、当該自治体のレベル（レベルは教育委員会等が自治体の衛生主管部と相談の上判断される）を問い合わせる等して確認し、レベル3地域では実施しない。

II. 活動計画責任者ならびに参加者がすること

1. 稽古に参加するにあたって

- (1) 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。

- (2) 以下の条件に該当する者は稽古に参加しない。

- ① 体調がよくない場合

- ② 発熱、咳、咽頭痛などの症状がある場合

- ③ 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、稽古への参加をとりやめる。

- ④ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

- ⑤ 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。

- (3) 稽古参加者は、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。

(留意事項) 高齢者の稽古（高齢者は 60 歳以上が該当）

時節柄、並行して熱中症予防にも配慮し、稽古の中での休憩回数を増やすなど若年層以上に慎重に対応すること。

2. 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。

- (2) 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。

- (3) 稽古の都度、記帳（氏名、連絡先等）を行う。

- (4) 着替えは自宅で行い、更衣室を使用する場合、交代して使用するなど密集を避ける。

- (5) 床の清掃、除菌（施設状況を確認する）など行う。

3. 稽古に当たって

(1) 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。

やむをえず、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。

(2) 稽古を行う者は、飛沫の飛散防止等のため、以下の対応を行う。

① 稽古を行う者は、相手への飛沫の飛散を防止するため、必ず面マスクを着用する。

詳細は全日本剣道連盟ガイドライン参照。

ア. 稽古を行う者は、主に相手からの飛沫を防止するため、シールドの着用を推奨する。

シールド着用は必須ではない。詳細は全日本剣道連盟ガイドライン参照。

イ. マスク等装着した稽古により熱中症の発症防止のため、稽古時間の短縮、こまめな水分補給、体育館・道場の温度管理に常に留意する。

② 密集（「3密」の一つ）を避けるため、以下の事項を遵守する。

ア. 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。

イ. 2部制などにより密集を避ける工夫をする。

ウ. 休憩時間中はマスクを着用するとともに、過度な接触を行わせない。

エ. 見学者は、原則、道場、体育館の内部に入れない。

オ. 児童等の保護者は、道場（体育館）で十分な広さがない場合、外で待機する。

③ 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。

ア. 稽古での発声は、極力抑制する。

イ. 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。

ウ. 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、30分に1回5分程度、窓の開閉や送風機の使用により、十分な換気を行う。

4. 稽古の後

- (1) 稽古終了後、先生や先輩等へ礼を行う際は、2mの間隔をあける。
- (2) 稽古終了後、面マスク等は、ビニール袋に入れて持ち帰り、洗浄、除菌を行う。
- (3) 稽古後、剣道具（特に面、小手）、使用済みのシールドは、アルコール噴霧により消毒。
- (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、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、速やかに活動団体責任者に報告する。活動団体責任者⇒各団体責任者⇒早良区剣道連盟⇒福剣連に報告。

6. その他

- (1) 剣道具、竹刀、手ぬぐい、タオル、その他剣道に関係する用具は、共用しない。
- (2) 共用道具類（打ち込み台、太鼓のばち等）、道場（体育館）・更衣室・ふろ場等の出入り口のドアノブ、窓のロック・サッシ、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。
- (3) 団体間の交流、出稽古は当面禁止する。
- (4) 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」を遵守されたい。特に稽古後に参加者同士で食事を行う場合は、新しい生活様式を守られたい。この場合の新しい生活様式とは、「大皿は避けて、料理は個々に」「対面ではなく横並びで座る」「おしゃべりは控えめに」「お酌や回し飲みは避ける」などを言う。
- (5) 早良区剣道連盟ガイドラインは、全剣連ガイドラインを遵守して作成しています。全剣連ガイドラインは「現段階（令和2年6月4日）で得られている知見等に基づき作成されており、今後の知見や各地域の感染状況を踏まえて逐次見直すことがあり得る」と記してあります。

本ガイドラインにおきましても全剣連ガイドラインや地域特性により見直しがありますのでよろしくお願ひします

以上

本件連絡先

早良区剣道連盟 事務局

sawara.keren@gmail.com