

2020年8月16日VER.

# 一刀会ガイドライン

感染拡大予防ガイドライン

2020年6月6日制定

所沢市剣道連盟 一刀会 会長 萩原恒男

# はじめに

一刀会では、一般財団法人全日本剣道連盟（以下「全剣連」）が制定した「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」）を基に、一刀会ガイドラインを制定しました。

一刀会の稽古についてもいわゆる「3密（密閉、密集、密接）」に該当する恐れがあり、又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が非常に多いという事実を踏まえ、この一刀会ガイドラインに沿って稽古を再開いたします。

このガイドラインは、全剣連ガイドラインからポイントを抜粋し、新型コロナウイルスの終息までの期間の稽古方法について「一刀会稽古における約束事」と「メニュー」について理解しやすいように表現しております。熟読頂き、ご理解いただいたうえでお稽古に参加して頂きたく存じます。

なお全剣連ガイドラインは、必ずしも十分な科学的知見が集積されている訳ではありません。このため、このガイドラインも現段階で得られている知見等に基づき作成されていることにご留意願います。随時改編してまいりますので、ご了解ください。

過剰なガイドラインにも思えますが、剣道界から再びクラスターが発生しない為に、全国の剣道団体が同じように努力をされております。ぜひ、大人の方から、子供の手本になるような行動とご協力をお願い申し上げます。

## ◇一刀会ガイドラインの概要

制 定：2020年6月6日

有 効 期 間：2020年6月13日から全剣連から指示による

対 象 者：一刀会会員、団員、そのご家族等一刀会関係者

改 編：2020年6月7日、2020年6月8日、8月16日

## ◇目次

1：表紙

2：はじめに

3：稽古のまえに

4：稽古中

5：稽古のあとに

6：その他

7：別紙

# 稽古の前に

## 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っ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。

## 2. 発熱、咳、咽頭痛などの症状がある場合は稽古に参加しない

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。

## 3. 同居家族や職場、学校、身近な知人に感染が疑われる方がいる場合は稽古に参加しない

## 4. 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は稽古に参加しない

## 5. 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

## 6. 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

## 7. 稽古の都度、コンタクト経路を確認するために記帳（氏名、連絡先等）を行う

中央小の稽古後、並木公民館に名簿を提出する。また、武道館では、入館者全員の氏名、住所、連絡先を記載したリストを受付に提出する。

## 8. 各自で消毒液を持参し、取っ手、手すり、洗面所、トイレ等、触った箇所を消毒し、自身の手も消毒をおこなう。

## 9. 稽古後に、床の清掃、除菌を行う

中央小の稽古後、専用の洗剤（運営が準備）を使い、床を除菌する。

## 10. 体育館に入館することができるのは、名簿に、「住所」「氏名」「電話番号」「体温」が記載されている者に限る。

入館された方はマスクを着用のうえ、距離をとって待機をお願いします。

## 1. 飛沫飛散防止対策

**面を付けていないときは、必ず不織織マスク、布マスク、面マスク（別紙参照）のいずれかを着用する。**密閉性の高い医療用マスクは避ける。  
**面を付けたときは、面マスクを着用したうえで、相手からの飛沫を防止するため、シールド（別紙参照）を着用する。**

## 2. 稽古時間

これらの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、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。

## 3. 適正人数

密集を避けるために適正人数で稽古をおこなう。一刀会では50名程度とする。

## 4. 人数が多い場合

2部制等の工夫で人数を制限し、やむを得ない場合は中止等の措置をとる。

## 5. 休憩中

**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。**

## 6. 換気

感染のリスクを低めるため、窓を開け十分な換気を行う。

## 稽古のあとに

1. 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、除菌を行う。
2. 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。
3. 剣道着・袴・手拭い・竹刀は稽古終了の都度持ち帰り、洗濯や除菌を行うことが望ましい。
4. 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. 稽古後も、自宅までマスクを着用し感染予防に努める。
6. 自宅到着後も、再度手洗い、うがい、アルコールによる手指の除菌を行う。



## その他

1. 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、速やかに会長、理事長に報告**する。
2. 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. 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**。各自消毒液を準備する。
4. 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。稽古の行き帰りに**会員同士で食事を行う等の行為は、当面の期間自粛する**。
5. お当番は、当面の期間 **子供、保護者の体調を優先し欠席しても構わない**。その際は**会長・理事長まで連絡する**。
6. **2020年度4月から9月までの一刀会会費は無料**とし、後期の集金については別途連絡予定（内田先生）
7. 公民館への入館者名簿提出において、個人情報を提供することになるがご理解願いたい
8. **地域住民、学校開放委員会、教育委員会、その他社会に対して稽古再開の理解を得る為に、駐車場を含む施設内外での振る舞いには十分注意する**。
9. 当面の期間、**出稽古参加者は会長の許可**を得ることとする。出稽古にいらしていただいた方にもこのガイドラインを遵守いただく。

◇面マスク

■面マスクについて

全剣連では、面マスクを必須としている。一刀会でもこれに従い稽古をおこなう。ただし、一刀会では、左記面マスクに限らず、使い捨てマスクや布マスク、それに代わるものでも可とする。

◇シールド

一体型

眼と口の個別型

面の内側から物見を中心にして、さらに口を中心にしてシールドをはめ込む  
今回は、一体型のもものテストした

■シールドについて

全剣連では、面マスクとシールドを併用することを強く推奨しているため、一刀会では、シールドを着用することを稽古参加の条件とする。

※口タイプ又は全面タイプを使用すること。