令和2年9月5日

西部地区連絡協議会

西部地区合同研修稽古会の再開に伴う

新型コロナ感染症拡大予防ガイドライン及び留意点について（周知）

※ガイドラインについて

西部地区合同研修稽古会については、全日本剣道連盟・埼玉県剣道連盟が定めた新型コロナ感染症拡大予防ガイドラインに準じて実施すると共に、各施設の利用ガイドラインに基づき実施します。

※留意点について

1. 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。また、着替えは、更衣室等の三密を避けるため、可能な方については、自宅で行う。
2. 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。また、基礎疾患のある方は、あらかじめ主治医の了解を得ること。
3. 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。
4. 稽古の都度、受付名簿に記帳（氏名、連絡先、健康状態、体温等）を行う。
5. 整列は、最低でも1メートルできれば2メートル間隔を保つようにする。
6. 準備体操、素振り、整理体操等は、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 2メートルの距離を取る。発声も極力控える。
7. 日本剣道形稽古を行う者は、「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、通気性のあるものや、顎の部分を締め付けないもので吐息が下部と側方に逃げるものが望ましい。なお、密閉性の高い医療用マスクは避ける。

☆面マスクは、自分にあった物を選択し、「面マスクと口との間に少し空間を設けたり」「鼻を出したり」するなど呼吸確保に留意しながら使用すること。（剣窓7月号）

1. 熱中症を発症させないため、「稽古時間の短縮」「こまめな水分補給」を考慮した時間配分で行う。水分補給の飲物は、必ず各自が持参する。
2. 稽古終了後、先生や先輩等へ礼を行う際は、2メートルの間隔をあける。

以上