

はじめに

新型コロナウイルスが昨年 11 月ごろから中国武漢から感染が始まり 1~2 月ごろには世界中に広がりスポーツ、イベントが中止になりました。

全日本剣道連盟に於いても 3 月に感染防止のため稽古を自粛し対人稽古は中止になり、今月 6/10 日付けで『対人稽古の自粛のお願い』を解除されました。

『稽古再開に向けた感染拡大予防ガイドライン』全日本剣道連盟ガイドラインが制定され、柏市剣道連盟稽古会はこのガイドライン沿った稽古会に致しますので協力をお願いします。

柏市剣道連盟稽古会実施に当たってのガイドライン

稽古に入る前の注意事項

検温（目安 37℃以下）、マスク着用、手洗い、アルコール消毒、基礎疾患のある方、体調のすぐれない場合は稽古を自粛する。下駄箱(ビニール袋持参)・ロッカールームは不使用

換気よくする。3密(密集・密室・密閉)を避けること厳守する。

稽古実施の注意事項

3ヶ月余りの稽古自粛で体力が落ちている可能性があるので準備運動・トレーニング・素振り・基本動作訓練を行い7月中の対人稽古を目標とする。

飛沫飛散防止策

対人稽古に当たっては面の内側、口を中心にシールドをはめ込む。面マスク着用(作成方法は全日本剣道連盟の HP を照覧)参考全剣連飛沫飛散試験結果①面マスク着用 90%②シールドを併用した場合 95%③シールドのみ 70%の飛沫飛散防止効果が確認されました。

柏剣連 稽古会ではシールド・面マスク着用を厳守すること

柏市剣道連盟稽古会に於いては新型コロナウイルスの感染防止策を最優先しガイドラインを厳守します。それがゆえに稽古の際には多くの支障をきたすものと考えられます。

無理をせずに自己体調管理に努める・身体的負担(過度の体力消耗)・熱中症・他。