

一修会新型コロナウイルス感染症対応稽古ガイドライン（1.1）

2020年2月1日

一 修 会

1 はじめに

一修会では、新型コロナウイルスの感染拡大を受け、2020年5月28日稽古再開時の指針を作成し、稽古を行なってきました。その後感染状況等が変化していることから、この度、一修会新型コロナウイルス感染防止対策稽古ガイドラインとして改訂しました。稽古内容については、感染状況に応じ、段階的な稽古内容としてステップ0からステップ4に分け稽古を実施していきます。

このガイドラインは、2020年5月28日一修会が作成した稽古再開時の指針及び、改定された公益財団法人合気会の「合気道における新型コロナウイルス感染症対応ガイドライン」をもとに作成したのですが、会員の皆様の安全を第一と考えて作成したため、稽古に参加される会員の皆様にはご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。

2 感染拡大防止の基本方針

- (1) 稽古にあたり適切な感染予防対策を実施する。
- (2) 国、愛知県、名古屋市の方針に沿って感染リスクを抑制した段階的な稽古を実施する。
- (3) 稽古参加者の把握と、感染者発生時は関係者・機関へ適切な連絡をする。

3 基本的感染防止対策

(1) 稽古参加の見合わせについて

陽性となった場合は勿論、次の場合は稽古に来ることなく、稽古を見合わせる旨を連絡してください。

- ア 体調がよくない場合(発熱・咳などの風邪症状、息苦しさ、強い怠さ、味覚・嗅覚異常等)。
- イ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合。
- ウ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者と濃厚接触した場合。
- エ 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。

(2) 稽古日誌の作成

別紙

毎回稽古日誌を作成し、参加者の体調、体温と稽古内容を記録します。

利用施設等から参加者の連絡先等の提出が求められた場合は、稽古日誌と参加者の連絡先を提出します。

(3) マスクの着用

施設利用時は稽古中も含め、原則マスクを着用してください。呼吸調整等で止むを得ずマスクを外す場合は、指導者の指示に従ってください。

(4) 手洗いまたは手指消毒の励行

稽古前後、休憩前後に手洗い等を行ってください。消毒液は一修会で準備しますが、個々での手洗いや各自が持参する消毒液による消毒でも構いません。

(5) 各自スリッパ等の準備

畳へ上がる前の遵守事項として、靴を脱いだあと畳に上がるまでは、スリッパ等に履き替えてください（畳以外の床を素足で歩かない。）。休憩等で畳から出るときも必ずスリッパ等を履いてください。受け

(6) 畳の消毒等

稽古前、アルコール等による畳の消毒を実施します。畳の片付けは、畳の表面と裏面が触れ合わないよう表面同士、裏面同士を合わせ片付けてください。

(7) 木刀・杖の貸し借りの禁止。

木刀・杖の貸し借りを原則禁止します。会で準備する木刀等は、使用前に消毒を行います。

(8) 体調管理の徹底

マスク着用での稽古のため、適宜休憩を挟んで稽古を行いますが、個人での体調管理も行い無理に稽古することないようにお願いします。水分補給も適宜行ってください。

(9) 更衣室の人数制限等

更衣室入室は5人までとし、使用は短時間につとめ、マスクを外すことなく会話は厳禁とします。

(10) 稽古後の速やかな解散

稽古後は会話等することなく、速やかに解散し帰宅してください。

(11) 稽古時間

施設利用時間の短縮要請があった場合は、適宜稽古時間を変更します。

4 段階的な稽古内容

(1) ステップ0

別紙

稽古自粛期間とします。国、愛知県、名古屋市による稽古中止要請、施設の利用制限があった場合は、稽古を行いません。また、感染者が出た場合は、関係機関から活動の許可が出るまでは稽古を行いません。

(2) ステップ1

1名で3畳を目安とし、完全非接触の単独動作のみで、距離を確保し非接触でも向き合う稽古はしません。

(3) ステップ2

2名で6畳を目安とし、ステップ1の稽古内容に相対動作（非接触）を取り入れた非接触の稽古を行います。相対動作は、4人までのグループに分け、他のグループ員との相対動作は行いません。

(4) ステップ3

密集した状況を作らず稽古を行い、接触を伴う稽古行います。稽古は参加人数に応じグループ分けし、他のグループ員との接触稽古は行いません。

(5) ステップ4

感染防止対策を徹底したうえで、密集した状況を作らず通常の稽古を行います。