

世界全極真志優会 新型コロナウイルス感染症対策ガイドライン

1. 3密（密閉・密集・密接）を作らない工夫、努力をすること
2. 変更、休館等の連絡は迅速に行なうこと
3. 各自、体調管理を行なった上で稽古に参加すること
（指導者は道場生の体調観察を随時行なうこと）
4. 施設や備品は常に消毒し、入退館時は全員消毒を行なうこと
5. 稽古内容は感染につながる恐れのあるものは排除し、安全・衛生面に配慮すること
6. 国や自治体の情報収集に務め、休業要請には適時対応すること

1. 指導者・責任者が行なう準備	準備・対策内容
①体調の自己管理	原則マスクの着用、指導前後に検温、37.5度以上の場合は代行を頼むか休館とする
②稽古場の消毒・除菌	稽古前に次亜塩素水等の消毒剤で入口、床、壁、扉、ドアノブなどを消毒する
③換気（空気の入替え）	稽古前後、稽古中も窓や扉を開け、換気扇など空調設備を使用して常に空気を入れ替える
④自治体・施設情報	居住区の自治体情報、借りている施設の情報収集に努め、状況によって迅速に対応する
⑤学校・幼稚園の休校など	管轄地区の学校情報を収集し、休校に伴う道場の休館措置を講ずる。
⑥道場生や保護者との連絡	予定変更や休館情報等、常時連絡ができるように通信環境を整備する。
2. 稽古前・準備	稽古場所及び施設・対策内容
①クラス・時間	1クラス1時間(幼年は45分)とし、多人数にならないように工夫する
②見学について	新規入会希望者以外は見学を禁止する。体調が悪い者は帰らせるが、後方で見学も可
③稽古出席時	マスク着用を勧め、うがい、手洗い、入・退館時のアルコール消毒を行なう。
④道場生の体調観察	事前検温を呼びかけ、微熱、倦怠感、咳がある場合は帰宅させる。(稽古中も観察)
⑤出席記録	常に記録し、万一に備えクラスター発生時の感染ルート調査に役立つ
⑥更衣・トイレ	密集を回避し、必要に応じて時間差で行なう。トイレ手洗い後のタオルは各自の物を使用すること
3. 稽古中	稽古中の対策内容
①道場生同士の距離	常に約2メートルの間隔を取るソーシャルディスタンスを心がけること
②気合い、号令など	返事、挨拶は必須だが、気合い、掛け声などは大声を出さない。
③基本・移動・型稽古など	気合いは10本目に控えめに、移動の3本目も同様、息吹は行なわない
④ミット稽古	いつもより間合いを離し、人体に接触しないように行なう。終了時消毒
⑤スパーリング	基本的に行わない。接触を避け、距離を取った対面シャドーを行なう
⑥礼法	挨拶は至近距離で行なうが、握手などの接触は避けること。
⑦ハード面の調整	著しく体力を消耗するトレーニングは免疫力を低下させるため調整すること
⑧その他	咳が出てしまう時は、袖やタオルなどを当てて周囲に配慮すること
4. 稽古後	片付け・清掃・退館時
①清掃	小さい子供にはさせず、大人や上級生が行ない、清掃後は必ず手洗い、うがいを行なう
②更衣・退館	着替える前に手洗い、退館時には手・指をアルコール消毒すること
③指導者退館前	扉、ドアノブなど手で触るところを消毒、消灯、施錠（次に使用する人達への配慮）