

開示範囲：我孫子合気会 正会員

適応範囲：白山中道場/我孫子中道場

COVID-19感染対策ガイドライン

2020年6月21日

我孫子合気会

はじめに

本ガイドラインは、我孫子合気会稽古における新型コロナウイルス感染防止の基本対策を示したものです。感染リスクを抑えて、より安全に稽古頂くため、会員一人一人が意識を持った行動を徹底して頂く様、ご協力をお願い致します。

■ 稽古参加の心得

- 1.稽古参加前後について
- 2.道場入退場/更衣室利用について
- 3.稽古について
- 4.その他

項目	内容
自宅	<ul style="list-style-type: none"> ・稽古前に体温測定を実施してください（37度以上の方は参加ご遠慮下さい） ・発熱、咳、及び体調不良時は稽古に参加しないでください ・マスク着用でお越しください ・稽古後に発熱、体調に異常があった場合は速やかに責任者へ連絡してください
入場	<ul style="list-style-type: none"> ・石鹸で手洗い後、入場したら入口にある除菌ジェルで手指の洗浄消毒を行ってください ・責任者（先生）に当日の体調を報告して出席簿に記録してください
道場	<ul style="list-style-type: none"> ・ドア・窓は可能な限り開放し換気を行ってください ・開放が難しい場合は、定期的（1時間2回）に換気してください ・畳は利用前後に除菌洗浄を行ってください
更衣室	<ul style="list-style-type: none"> ・男/女更衣室の同時利用は3名まで、待機者は出入口付近に留まらないで下さい ・着替え中は大きな声で会話しないでください
稽古	<ul style="list-style-type: none"> ・稽古中はマスクを着用してください（室温状況を見て責任者が脱着判断します） ・準備運動は間隔を取り（約2m）隣り、前後の人と向き合わないで下さい ・稽古中に呼気が激しくなった場合は、人の居ない方に向かい呼吸を整えて下さい ・稽古は非接触と一部接触を伴う通常稽古を実施します ・稽古は密度を見て同時に行う人数を減らすことがあります ・稽古開始と終了は更衣室利用時間を考慮し責任者が判断指示します
退出	<ul style="list-style-type: none"> ・退出時に設備類の消毒洗浄を消毒液で行ってください（ドアノブ、窓鍵、スイッチ） ・退出時にゴミ類は持ち帰ってください（消毒に使用した紙布類）
その他	<ul style="list-style-type: none"> ・トイレ利用後は手洗いと除菌消毒を行って下さい ・男子トイレは同時に複数人で使用しないで下さい

稽古に参加される全員が感染防止対策を正しく理解し、実行する事で感染拡大を防ぐ事が出来ます。これからも安全に合気道の稽古を楽しむために、一人ひとりが気を緩めずに頑張って乗り越えましょう。

参考

- 我孫子市 感染拡大防止ガイドライン

https://www.city.abiko.chiba.jp/event/taiikukan_sport/sports_riyo/kaihou_oshirase.files/202006041420.pdf

- 合気会 感染拡大防止ガイドライン

http://aikikai.or.jp/pdf/2020/dojo-restart_jp0612.pdf