

稽古参加に関する注意事項 2020年12月13日

◇稽古参加者の感染が確認された場合のガイドライン

感染拡大、感染者特定など個人情報配慮の観点から、稽古参加者に感染が確認できた際は、例外なく稽古・活動の一時中断致します。

稽古参加直後に陽性反応が確認された場合は、速やかに事務局にご連絡ください。

連絡先：

info@shinjuku-aikikai.com

役員がすぐにご連絡を致しますので、病院及び保健所から指示のあった内容をお教え下さい。（濃厚接触者へのPCR検査実施の旨など）

すぐさま対策委員会を設置し、当該会員及び保健所、行政と連携を図り対応して参ります。行政との指示に従い、安全が確認され後に稽古を再開致します。

◇稽古参加同意事項

稽古参加者は以下の事項に同意された場合に限り、当日の稽古が参加可能です。

●以下の方はご参加できません。※スポーツセンターガイドライン

・発熱や咳、喉の痛みなどの症状がある方…入場時は必ず受付に設置してあるサーモカメラにて検温をお願いいたします。また、サーモカメラの検温で規定体温を上回った方に関しましては、再度スタッフより検温させていただきます。再検で規定体温を超えた場合は、ご利用をお断りさせていただきます。予めご了承ください。

- ・強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある方
- ・嗅覚や味覚の異常
- ・その他、体調がすぐれない方
- ・ご家庭や職場など身近に新型コロナウイルス感染症の感染者、もしくは感染の疑いのある方がいる方
- ・過去2週間以内に感染が引き続き拡大している国・地域への訪問歴がある方

●手指消毒・うがい

道場入場時、稽古前後の手洗い・うがい・消毒を徹底してください。アルコール消毒を用意します。入場時、休憩時、退場時に手・指先のアルコール消毒を実施して頂きます。

●マスク着用

スポーツセンター・コズミックセンター入館時にはマスクを着用してください。道場内においても稽古開始まではマスクを着用。稽古中もマスク着用とします。

●換気

窓は開けて換気できるようご協力ください。

●免責事項

感染防止にご協力をお願いします。一方で、万が一感染した場合にも、その責任が各個人にあることをご了承ください。ご家族・関係者の同意の上でのご参加をお願いします。

●更衣室の中では

更衣室内では混雑する場合は、時間をずらしてご利用下さい。

●袴の着脱

混雑緩和のため、袴の着脱は道場で行ってください。

●道場内の剣杖の撤去および稽古着の扱いについて

感染予防のため道場内の剣杖、短刀等武器の使用は当面見送ります。

(稽古中に関して)

●整列の際は、互いに間隔をあけてお座りください。人と人の間隔が一畳以上。

●稽古中は必要以上の会話は避け、指導員の指示通り黙々と稽古に励むようお願いいたします。

●その日の稽古においては、ペアは自由に変えていただいても構いませんが、ペアを変えたくない場合は、それも可能とします。

●稽古再開に際しては長いブランクがある場合があります。体に無理をせず基本動作・受身を十分に行ってから稽古に参加してください。当日遅れて稽古に参加される方も守ってください。

●技は呼吸が乱れるほど投げ合ったりせず、技に向き合いじっくりと理合いや動作を確認することに主体として取り組むようにしてください。

●稽古時間外の自主稽古は当面禁止とします。稽古が終わり次第速やかに退館してください。シャワーは使用できません。