

# COVID-19 対応について

---

豊ヶ丘剣友会

2023 / 05 / 19



# はじめに

豊ヶ丘剣友会の稽古で感染拡大があると、感染者自身が健康を害することはもちろん、その家族も感染の危機にさらされることとなります。

またクラブハウスは教育施設の一部であり、そこで感染者が発生すると、落合中学校の関係者に迷惑をかけることとなります。

ルールを守れていない場合、豊ヶ丘剣友会はクラブハウスの使用登録を抹消されます。一時的な使用停止ではありません。稽古場所がなくなると、剣友会の存続にも関わってきます。

本書には剣友会に関する内容しか記載していませんが、日常生活の段階から感染しないよう行動することが大切です。

# 対応の方針

---

**持ち込まない 持ち帰らない**

特に稽古会場においては

**うつさない うつされない**

※ 本書に記載の有無に関わらず、本方針を念頭に行動してください

# 予備知識

## 5 類への移行

2023年5月8日より感染症法上の位置づけが5類となり、季節性インフルエンザと同様の扱いとなりました。

政府としては、従来のような対応を「一律に求めることはしない」というスタンスに変わりましたが、**ウイルスの脅威が変わったわけではありません。**

また「濃厚接触者」の特定がなくなり、行動制限を求められることもありません。

一律に行動が制限されることがなくなった反面、**各人で自覚的に行動する責任が大きくなった**と考えるべきでしょう。

## 主な感染経路

### 1. エアロゾル感染

空中に浮遊するウイルスを含むエアロゾルを吸い込む。

### 2. 飛沫感染

ウイルスを含む飛沫が、口・鼻・目などの露出した粘膜に付着する。

### 3. 接触感染

ウイルスを含む飛沫を直接触ったか、ウイルスが付着した物の表面を触った手指で、露出した粘膜を触る。

国立感染症研究所  
新型コロナウイルスの感染経路について

## 他人へ感染させてしまう期間

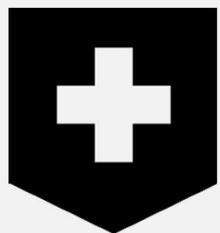
感染してしまった場合、個人差がありますが、**発症2日前から発症後7～10日間は感染性のウイルスを排出している**とされています。

発症後3日間は、感染性のウイルスの平均的な排出量が非常に多く、5日間経過後は大きく減少することから、特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いことに注意してください。

排出されるウイルス量は発熱やせきなどの症状が軽快するとともに減少しますが、症状軽快後も一定期間ウイルスを排出するといわれています。

厚生労働省  
新型コロナウイルスに関するQ&A

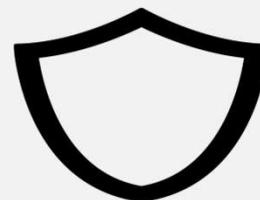
# 全剣連のガイドラインより【抜粋】



## 健康管理を徹底する

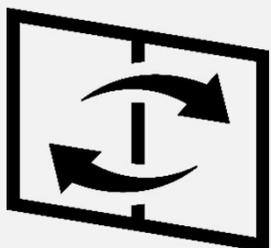
以下の場合、参加を見送ること。

- 発熱している。
- 倦怠感や身体が重いと感じる。
- 味覚や嗅覚に違和感がある。
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる。



## シールドの装着

- 面マスクは任意とするが、シールドの装着は必須とする。



## 換気する

- 通風・換気をおこない、エアロゾルを吹き飛ばす。
- 窓や扉を開けた状況で、エアコンや送風機を使用する。



## 消毒や清掃

- 手指はこまめに消毒する。
- 床の清掃をおこなう。



## 鏢迫り合いを避ける

- 鏢競り合いになったら、一呼吸（約3秒）を目安として、分かれるか引き技を出す。
- 鏢迫り合いでは、掛け声は出さない。
- 引き技を出す時の発声は認める。



## 更衣

- 着替えは、なるべく自宅でおこなう。
- 更衣室での密な状態を避け、大声での会話は避ける。

# 豊ヶ丘剣友会での運用

## 撤廃すること

### • 確認事項の申告

各自で健康管理を徹底し、感染を拡大させないよう自覚的に行動してください。

### • 施設の消毒

稽古後の窓鍵やドアノブ等の消毒は、対応不要になりました。

### • 自宅での更衣の推奨

更衣室での着替えは、密な状況になりやすいので気をつけてください。

### • 座礼での手の着床禁止

座礼では、床に手をつけて良いです。（手をつかなくても、差し支えありません。）

床に手をついた後、手指を消毒する前に口・鼻・目などの露出した粘膜を触るのは、避けた方が良いでしょう。

### • 稽古後の挨拶の禁止

稽古後に個別での挨拶をしていただいて、良いです。  
飛沫を飛ばしあうような激しい会話は、避けてください。

## 継続すること

### • 換気

必ず一部の窓を開放して、換気をおこないます。

### • 清掃

稽古後は、床のモップがけをおこないます。

### • シールド

稽古中を含め、マスクや面マスクの着用は任意です。  
ただし稽古では、シールドを必ず装着してください。

### • 鏢迫り合いを避ける

鏢迫り合いの状態は、積極的に解消してください。

**豊ヶ丘剣友会 独自の運用は、  
すべて撤廃されることとなります。**

# 稽古会場



要換気

【裏口扉】  
常時開放

【入口扉】  
常時開放

【窓】  
常時開放

【窓】  
適宜に開放

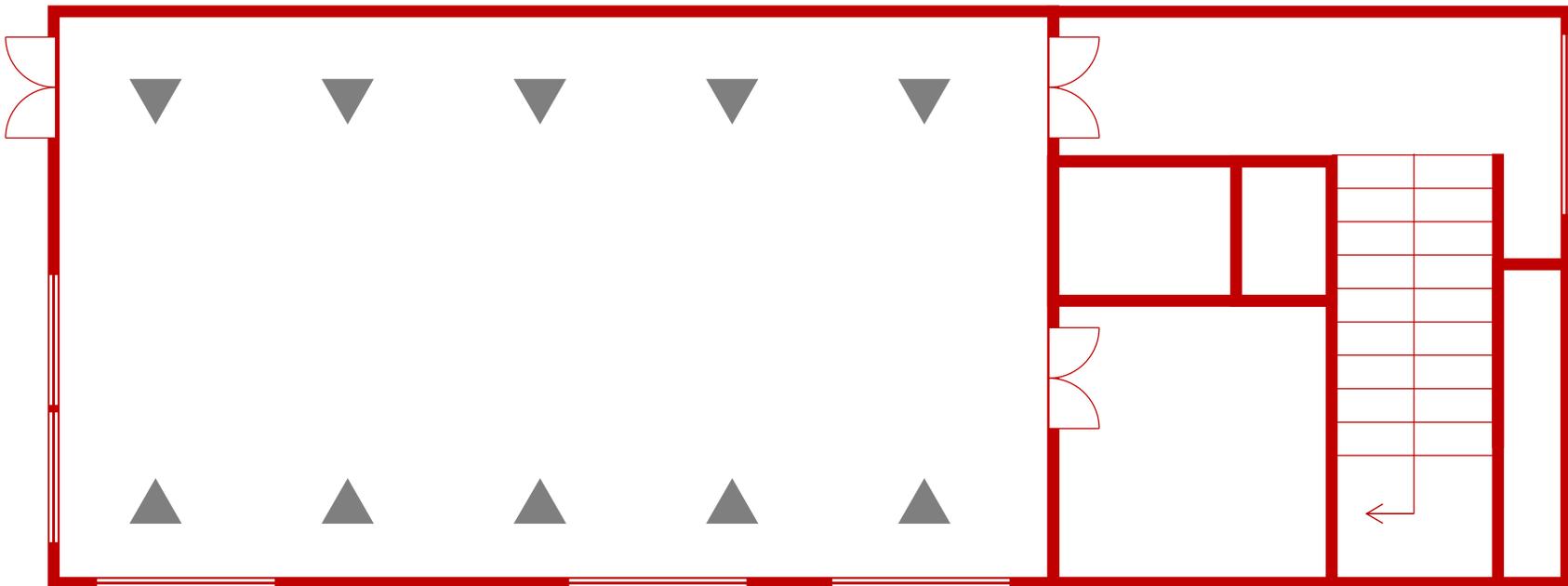
【窓】  
常時開放

【窓】  
適宜に開放

【窓】  
適宜に開放

【窓】  
常時開放

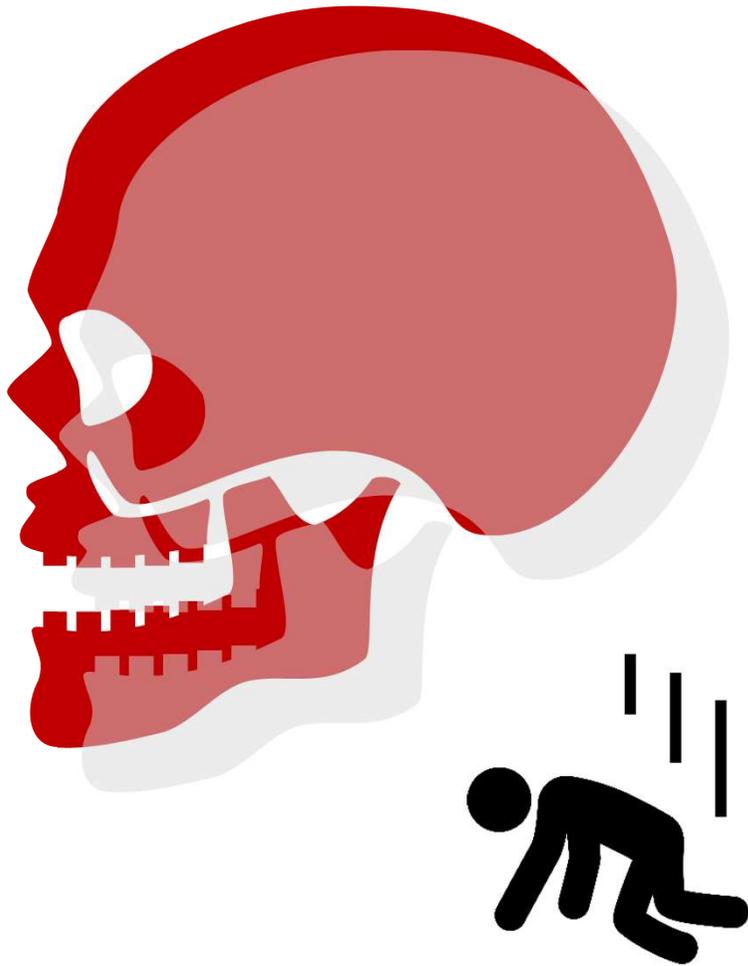
【1F扉】  
常時開放



# 発症してしまったら...

## 会長まで報告してください

- 発症または陽性確認から2日前までの同じ稽古に参加していた人へ、連絡します。
- 発症日を0日目として、10日間が経過するまでは稽古への参加を禁止します。



# 普通にやれるようになること願って

## 【改版履歴】

2020.06.11	β版
2020.06.27	β2版
2020.07.12	初版
2020.07.19	v1.01
2020.09.27	v1.1
2021.11.07	v1.5
2023.03.15	v1.6
2023.05.19	v1.7