

# 稽古活動再開に向けた感染拡大防止ガイドライン

公益財団法人 合気会

## 1.はじめに

国の緊急事態宣言が解除されましたが、合気道の稽古が「密閉」・「密集」・「密接」のいわゆる「3密」に該当しやすい恐れがあることから、会員の安全安心を最優先しながら円滑な道場・団体活動を再開するにあたって慎重な判断が求められます。

本ガイドラインは、令和2年5月4日に改正された「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」（以下、基本的対処方針）を受けて、合気道の稽古を再開するにあたって実施すべき基本的な新型コロナウイルスの感染拡大予防策を整理したものです。

各道場・団体の責任者は、基本的対処方針及び本ガイドラインを踏まえ、それぞれの地域や施設における状況を考慮したうえで感染拡大防止に取り組んでいただきますようお願いいたします。

## 2.感染拡大防止の3つの柱

合気道においては、下記を感染拡大防止の3つの柱として対応を整えて実施する。

- ①稽古再開（活動再開）にあたり適切な感染予防対策の実施。
- ②各自治体の方針に沿って感染リスクを抑制した段階的な稽古の実施。
- ③稽古参加者の把握と感染者発生時の関係者・機関への適切な連絡。

### 3.具体的な感染防止対策

- ①こまめな手洗い、手指の消毒の実施。
- ②道場出入口には消毒薬を設置し、適宜手洗いや消毒ができる場所を確保する。
- ③体温の記録（公共施設の稽古場について、別途取り決めがある場合を除く）。道場で体温計を用意する場合は非接触型のものが望ましい。
- ④換気の悪い密閉空間とならないよう、十分な換気を行う。
- ⑤タオルや飲み物を共有しない。
- ⑥冷水機など共有で使用する設備の使用を避ける。使用する場合は、管理と消毒を徹底する。
- ⑦更衣室の利用は短時間の利用とし、利用人数を制限する。
- ⑧参加者が稽古当日及び利用前2週間において以下の事項に該当する場合は、参加の見合わせを求める。
  - 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。
- ⑨稽古後は直ちに解散をする。
- ⑩その他感染防止のために施設管理者等が決めたその他の措置を遵守する。

#### 4.段階的な稽古内容の目安

緊急事態宣言の発令 / 解除を稽古再開の基準とし、下記の段階的活動内容に基づき稽古を行っていきます。段階1から稽古を再開し、一定期間（その団体において2週間、感染者発生0を目安とします）を経てから徐々に段階を上げ、稽古を行うようお願いいたします。段階の移行については、事前に会員に対して告知を行う等、会員の心情に十分に配慮するよう努めてください。

ただし、緊急事態宣言発令の如何に関わらず、稽古で利用する各施設等で感染症が発生した場合は、稽古を中止してください。施設が再度利用可能になった場合、要求される感染拡大防止対策のレベルが上がることを考えられるため、施設の方針に沿い、原則、段階1から稽古を再開してください。なお、感染症対策について行政等の対応に変化がみられた場合は、その指示にしたがってください。

##### 段階0

緊急事態宣言が発令中。接触・非接触を問わず合気道の稽古は行わない（リモートを除く）。

##### 段階1（完全非接触に限った稽古再開）

緊急事態宣言が解除。感染拡大防止対策を徹底したうえで完全非接触の稽古（単独動作、他者との距離を充分にとった稽古など）に限り再開することができる。稽古人数制限を設ける（1名で畳3枚ほどを目安とする）。

## 段階 2（相手と組む稽古の開始）

感染拡大防止対策の徹底、非接触の稽古を継続しながら、一部  
相対稽古を再開。ただし、稽古相手の交替は不可。稽古人数制  
限あり（2名で畳6枚ほどを目安とする）。

## 段階 3（稽古相手の交替可）

感染拡大防止対策を徹底したうえで段階2の稽古内容に加え、  
稽古相手を交替することができる。会員が密集する状況を作ら  
ない。掛かり稽古、多人数掛け、多人数取りは行わない。

## 段階 4（感染対策を徹底したうえでの通常の稽古再開）

感染拡大防止対策を徹底したうえで通常稽古を再開すること  
ができる。稽古相手を交替することができる。会員が密集する状  
況を減らす。

## 5.段階的な稽古再開の判断目安（表）

それぞれの地域における感染状況が異なることから、各自治体の方針に沿った柔軟な対応と、施設の規模等や会員数に応じた安全対策ができるよう十分配慮するようお願いいたします。

段階	国/地域における緊急事態宣言	各道場における活動	稽古内容	稽古人数の目安
段階 0	発令中	不可	—	—
段階 1	解除中	稽古再開（完全非接触）	単独動作、他者との距離を充分にとった稽古など	1 名につき最低量 3 枚のスペースを確保する
段階 2	解除中	相手と組む稽古の開始	段階 1 の内容を継続しながら相対による型稽古を加える。稽古相手の変更不可	2 名につき最低量 6 枚のスペースを確保する
段階 3	解除中	稽古相手の交代可	段階 2 の稽古内容に加え、稽古相手を交替することもできる	密集する状況を作らない
段階 4	解除中	感染対策を徹底したうえでの通常の稽古再開	通常稽古	密集する状況を減らす

※段階 1 から各段階への移行へは一定期間（その団体において 2 週間感染者発生 0 を目安とします）を経て徐々に行う。

※段階の移行については、事前に会員に対して告知を行う等、会員の心情に十分に配慮するよう努めてください。

※マスクの着用については医療用 N95 のマスクは酸素不足などが懸念されているので、避けるようにしてください。

## 6.段階的な活動を進める際の留意事項

- ①施設利用時は稽古中も含め、原則マスクを着用すること。
- ②稽古活動の長期にわたる自粛により体力低下や暑さ等の負荷に対する抵抗力が弱まっていることが考えられるため、稽古中は適宜休憩をはさみ、指導者は水分補給やマスクの着脱について指示をすること。
- ③発熱や軽度であっても咳、味覚、嗅覚障害等の症状がある人は稽古をさせないようにすること。
- ④指導者は稽古内容を記録するとともに、個人情報取扱いに十分注意しながら稽古参加者の連絡先を把握するように努め、利用施設等から参加者連絡先の提出指示があった場合は、その要請に従うこと。
- ⑤参加者の中に罹患者が発生した場合は、直ちに稽古を中止し、保健所等の機関にくわえ、(公財)合気会および利用施設の責任者に報告すること。

### <参考ホームページ>

厚生労働省

新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針(令和2年3月28日(令和2年5月25日変更))

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000633501.pdf>

新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言(5月29日)

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000635389.pdf>

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_coronanettyuu.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html)

スポーツ庁

「社会体育施設の再開に向けた感染拡大予防ガイドライン」

[https://www.mext.go.jp/sports/content/20200514-spt\\_sseisaku01-000007106\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/sports/content/20200514-spt_sseisaku01-000007106_1.pdf)