

加盟団体責任者
調布市剣道連盟会員 各位

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に向けて(4)

令和2年5月22日
調布市剣道連盟

この度政府は、これまでの39県に加え、関西地区2府1県に対し、新型コロナウイルス感染症に関する「緊急事態宣言」を解除しました。

首都圏においても徐々に規制が解かれてくるではありますが、剣道の対人稽古は、政府が呼びかける「3密(密閉、密集、密接)の回避」に反する行動となります。そのため、全日本剣道連盟からも5月19日付けで「対人稽古自粛継続のお願い」が通知されました。

調布市剣道連盟も全剣連の指針に従った対応を行いたいと思いますので、今後、各団体が活動している体育館の使用が解禁された場合においても、改めて全剣連の自粛要請が解除されるまでは、対人での稽古は自粛していただきたいと思います。

また、団体として何らかの活動を再開される場合も、全剣連からの通達「新型コロナウイルス感染症の集団発生を防止するためのお願い」の範囲内の活動にとどめていただきますよう、ご理解ご協力のほど、お願いいたします。

<添付資料>

- ・対人稽古自粛継続のお願い
- ・新型コロナウイルス感染症の集団発生を防止するためのお願い

<以下の状況を避けて行動してください>

- ・ 換気のよくない密閉空間
- ・ 多くの人が密集する場所
- ・ 近距離での密接した会話

令和2年5月17日

対人稽古自粛継続のお願い

政府は、39県について新型コロナウイルス感染症に関する「緊急事態宣言」を解除しました。剣道人の皆様、特に感染者が少ない地域の皆様におかれては、これを機に、対人稽古の再開を考えている方もおられるかと存じます。

しかしながら、全日本剣道連盟（以下「全剣連」）としては、引き続き、すべての都道府県において、対人稽古の自粛をお願い申し上げます。

政府は、上記の通り緊急事態宣言を多くの地域で解除しましたが、解除された地域においても「新しい生活様式」の徹底、継続を呼び掛けています。また、新しい生活様式の中では、「3密（密閉、密集、密接）の回避」を求めています。

剣道は、残念ながら「3密」に該当する可能性が高い武道です。そして新型コロナウイルスの感染源となりうる口からの飛沫飛散が非常に多いことも事実です。実際、剣道の稽古を通じて多くの方が新型コロナウイルス感染症に感染した事例もあります。全剣連としては、剣道が感染クラスターにならないように全力で取り組みたいと考えます。このため、上記の通り引き続き「対人稽古の自粛」をお願いするものです。

一方、全剣連は、8月以降の審査会、大会を予定通り実施していく計画ですが、それに先立って、対人稽古自粛勧告を解除し、対人稽古の再開を検討しているところです。

しかし、対人稽古の自粛勧告解除に当たっては、剣道の対人稽古による感染リスクを大きく低下させる必要があります。全剣連は、全日本武道具協同組合殿と共同で、科学的データに裏付けられた感染を防御する可能性の高い用具の開発、あるいは既存用具の改良等を行っているところです。これらについて、一定の成果が得られれば、対人稽古の自粛勧告解除を行う予定です。全剣連としてはできるだけ早く皆様にお知らせできるよう努力してまいりますので、今しばらく、対人稽古の自粛を継続して頂けますようお願い申し上げます。

以上

- ・道場の入口などの前には消毒用アルコールを置き、トレーニングに入る前と後に必ず手指の消毒をしてください。

4. 病気の疑いがある人はトレーニングをしてはいけません

- ・発熱が37.5℃以上ある人
- ・咳、痰、強いだるさ、息切れなどがある人
- ・解熱剤を飲んでいる人

などがそれに該当します。これ以外でも病気を疑う症状がある場合は止めてください。

5. もともと病気がある場合（糖尿病、心不全、呼吸器疾患などがある人、透析を受けている人、免疫抑制剤や抗がん剤などを用いている人など）や高齢者（65歳以上）はトレーニングをしてもよいか、主治医と相談してください

上記の場合は、新型コロナウイルス感染症によりかかりやすく、重症化することがわかっています。

6. 健康の維持に努めてください

健康を維持するためには免疫を低下させないことが大切です。そのためには規則正しい生活をするのが大事です。

- ・たとえば、早起きをして朝陽を浴びながら散歩すると、バイオリズムを刻む体内時計が動き出します。すると、食欲が増進し、夜も寝やすくなります。
- ・適度に運動することは、体内時計を動かすのに役立ち、免疫力のアップにもつながります。
- ・ストレス（精神的及び肉体的）を減らすことは大切です。ストレスは免疫力をダウンさせることから、過度のストレスは避ける工夫が必要です。

なお、重ねて申しますが、このお願いは、感染流行の度合いによって変わることがあり、あくまで暫定的なものであることをご理解いただきたいと思います。

会員の皆様が、上記に述べたような「行動変容」を心掛けることによってしか、患者数の急増防止は達成できません。今が我慢の時です。上記のことを守ってください。

（文責：宮坂信之医・科学委員長、宮坂昌之アンチ・ドーピング委員長）