

令和 5 年 8 月 8 日

## 対人稽古に関する感染予防ガイドライン

一般財団法人 福井県剣道連盟

### はじめに

一般財団法人福井県剣道連盟（以下「県剣連」）は、公益財団法人全日本剣道連盟（以下「全剣連」）が令和5年6月2日付けで改定した「稽古に関する感染予防ガイドライン」（以下「全剣連ガイドライン」）を受けて、「稽古に関する感染予防ガイドライン」（以下「県剣連ガイドライン」）を改定しました。

福井県において剣道をする方々は、全剣連ガイドラインおよびこのガイドラインに沿って稽古をされますようお願いいたします。

### ガイドライン

本ガイドラインは、文部科学省の「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針の 変更及び卒業式におけるマスクの取扱い等について（周知）（令和5年2月10日）（[https://www.mext.go.jp/content/20230213-mxt\\_kouhou01-000004520\\_1.pdf](https://www.mext.go.jp/content/20230213-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf)）」の趣旨を尊重する。

#### 1. 稽古参加について

- (1) 基礎疾患のある者はあらかじめ主治医の了解を得ること。
- (2) 基礎疾患のある者とは、「糖尿病、心不全、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている者など」をいう。
- (3) 新型コロナウイルス感染症ワクチン接種について 本ワクチン接種により発症率、重症化率も低減するため、接種を奨励する。
- (4) 以下の条件に該当する者は稽古に参加しない。
  - ① 体調がよくない場合
  - ② 発熱、咳、咽頭痛などの症状がある場合
  - ③ 症状がなくても感染している場合があるので、体調が普段と異なる時は、

稽古への参加を慎重に判断すること

- ④ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる者がいる場合
  - ⑤ 過去5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
- (5) 所属団体以外の者が稽古に参加する場合、あるいは他団体と合同稽古をする場合、責任者は、外部の者等に、検温、手指消毒、連絡先の確認その他当団体の規則の遵守を徹底させるとともに、稽古人数増加により密にならないよう指導する。

#### (留意事項) 高齢者の稽古

高齢者は新型コロナウイルス感染症に感染した場合、一気に重症化しやすく、また、死亡率も高い。したがって、65歳以上の場合、稽古の実施について若年層以上に慎重な判断を行うものとする。

70歳以上の剣士はマスクとシールドの両方を着用することを推奨する。

## 2. 稽古を始める前に

- (1) 稽古前に検温を行い、発熱がある場合は稽古しない。
- (2) 発熱がなくても、咳、咽頭痛がある場合も稽古しない。
- (3) 稽古前に、手洗い、アルコールによる手指の除菌を行う。
- (4) 更衣室を使用する場合は密集を避け、また徹底的な換気を行う。
- (5) 床の湿式清掃もしくはモップ掛けを行う。その他にも共用のものについても、除菌を行う。
- (6) ワクチンの三回以上の接種をしてから稽古に参加することが勧められる。

## 3. 稽古環境について

- (1) 通風・換気に十分に注意すること（マイクロ飛沫は通風・換気により吹き飛ばすことができる）。このためには、道場の窓、扉は開けた状況で工業用送風機を使用すること。エアコンを使用する場合も、これらの対応をすること。
- (2) 工業用送風機を用いる場合には、上方または下方に角度を付けて送風し、風が一方向に流れるように工夫すること。

## 4. 稽古にあたって

- (1) 準備体操、素振り等は、原則一列となって同じ方向を向き、向かい合わな

い。やむなく向かい合う場合、又は 2 列以上になる場合は、およそ 1m の距離を取る。

(2) 鏝競り合いとなった場合は、積極的に技を出すか、積極的に解消するように努力する（引き技時の発声は認める）。

(3) 感染のリスクを低めるため、稽古時間の工夫をする。

(4) 稽古を行う者は、飛沫の飛散防止等のため、面マスクもしくは、口の部を覆うシールドを着用する。

※ 面マスクとは面の中に装着するマスクで種類は問わない。

※ シールド着用の場合は、シールド下部に飛沫防止用のフィルタースポンジを着用することが望ましい。

### \* 全剣連調査結果

全剣連はシールドの飛沫防止能力について、再度科学的調査を実施し、シールドは多くの種類が販売されているが、全剣連の行った調査によれば、大きな飛沫（ $5\mu\text{m}$  以上）については各シールドとも一定の効果があった。しかし、小さな飛沫（ $0.5\mu\text{m}$  以上）については各シールド間で飛沫防止能力に差があり、シールドの形状によっては、ほとんど防止能力がないものもあった。ただし、全剣連の調査では、シールドの下部の隙間をスポンジ状のもので塞ぐと、飛沫飛散の防止に大きな効果を得ることができたので参考にされたい。

#### 【参考】

$5\mu\text{m}$  以上の飛沫は、その多くが 1.5~2 メートルの距離で落下しますが、より小さなものは空気中を漂い、オミクロン株の感染原因になります。

このため 全剣連は、5 種類のシールドについて、大きな飛沫（ $5\mu\text{m}$  以上）と小さな飛沫（ $0.5\mu\text{m}$  以上）に対し各々どの程度の飛散防止能力があるかを調査しました。結果は以下の通りです。

- ・ 大きな飛沫（ $5\mu\text{m}$  以上） 14%~89%の飛沫防止
- ・ 小さな飛沫（ $0.5\mu\text{m}$  以上） マイナス 30%~47%の飛沫防止
- ・ スポンジ装着 小さな飛沫 68%、大きな飛沫 95%を防止

① 熱中症の発症に気をつける。熱中症に対する注意

(<https://www.kendo.or.jp/knowledge/medicine-science/heatstroke/>)

及び熱中症に対する暑熱順化 (<https://www.kendo.or.jp/knowledge>)

/medicinescience/heatadaptability/) については、この全剣連ホームページを参照されたい。

なお、この面マスク・シールドの使用は、新型コロナウイルス感染症が収束するまでの暫定的な措置である。

#### 5. 稽古の後に

- (1) 稽古終了後、先生や先輩等へ礼を行う際は、1mの間隔をあける。
- (2) 稽古後も、洗顔・手洗い・うがい・アルコールによる手指の除菌を行う。

#### 6. 感染が判明した場合

稽古の参加者が新型コロナウイルス感染症を発症した場合、医師の指示に従って対応し、速やかに所属団体責任者に報告する。責任者は県剣道連盟事務局に至急連絡する。県剣道連盟は、感染症の専門家（県剣道連盟医科学アドバイザー）に相談し、指示を仰ぐ。

### おわりに

県剣連ガイドラインは、専門家の協力により作成している全剣連ガイドラインを受けて作成しておりますが、新型コロナウイルス感染症への感染を防止するための方策については、必ずしも十分な科学的知見が集積されている訳ではありません。このため、このガイドラインは、現段階で得られている知見等に基づき作成されていることにご留意願います。また、今後の知見の集積及び各地域の感染状況を踏まえて、逐次見直すことがあり得ることもご了解ください。

令和3年6月27日 制定

令和5年8月8日 一部改定