

道場稽古における新型コロナウイルス感染症対策

除菌・消毒	消毒液を常備し、指導員・道場生・見学者は道場来館時に手の消毒を行う。ドアノブ、扉、床などの部分に定期的に噴霧し除菌・消毒に努める。
換気	定期的に窓や扉を開けたり、換気扇・扇風機を使用して道場内の換気に努める。
トイレ	手拭きは共用タオルは使用せず、個人でタオル・ハンカチを用意する。忘れた際には道場で準備する使い捨てペーパータオルを利用。
参加人数	各道場スペースに応じて、ソーシャルディスタンスが維持できる人数を設定し、密集回避に努める
見学	見学は基本的に禁止。ただし、諸事情により生徒の保護が必要な場合は、見学を可能とする。その際もSDの確保に努める
距離の確保	稽古時、待機時を問わず生徒間の距離を確保する
マスク	<ul style="list-style-type: none"> ・感染予防効果が最も高い不織布マスクの装着を推奨 ・指導員、生徒、見学者共道場入館時はマスクを装着する ※身体事情で使用できない場合は強要しない ・稽古中、正しく装着ができていないかを常に確認する
指導員の検温 体調管理	<ul style="list-style-type: none"> ・指導員は朝、昼、稽古前に検温実施と体調の確認を行う ・発熱・体調不良時は、すぐに医療機関にて診察・検査を行う ・指導員の発熱、体調不良が見られた場合、稽古を休講とする場合もございます
咳エチケット	随時生徒たちに指導する
道場生の 体調観察	<ul style="list-style-type: none"> ・稽古前に検温。微熱や体調不良は参加禁止。回復後に振り替えるようにする ・稽古中、指導員は道場生の体調を常に観察する ・各自に体調が悪い場合の自己申告を即す ・体調変化が認められた場合は、帰宅させ、保護者に健康状態観察を促す
水分補給	稽古の区切りごとに水分を適時補給する。休憩時もSDの保持に努める
稽古内容	<ul style="list-style-type: none"> ・健康づくりを最優先とした稽古内容とするため、高負荷・追い込み等は避ける ・トレーニングは、生徒同士が密になったり過度な接触のないメニューで行う ・稽古の区切りごとに手指の消毒を行う ・ミット練習時は、接触機会を減らすため手足にサポーターを着用して行う ・ミットは使用の都度消毒する ・組手練習の際もヘッドガードの下にマスクを装着して行う ・組手を希望しない人は、別メニューで練習を行うようにする
礼法	十字を切って押忍のあいさつのみ。握手はしない