

杉並合気会 会員、子供クラス保護者の皆さん 第3報

8月の稽古についてお知らせいたします。

新型コロナウイルス感染の防止対策を十分に行ったうえで、稽古を継続します。

稽古に参加される方は、以下に書かれた**注意事項（ガイドライン）を必ずお読みいただき**、理解されたうえで稽古に参加することをお願いします。

※ 注意事項（ガイドライン）は、変更された箇所もあります。

※ 昨今、感染拡大傾向が顕著です。稽古中の感染防止はとても重要ですから、**注意事項（ガイドライン）を必ずお読みください。**

__ 注意事項(ガイドライン) __

1. 8月の会費について：免除します（徴収は致しません）

- ・ 稽古するにあたって、まだまだ様々な制限がありますので、8月も会費をいただかない形で稽古を行います。

2. 稽古の参加者について：原則 杉並合気会 会員のみです（ビジターの参加はご遠慮いただきます）

3. 武道場の入場について：原則 稽古参加希望者すべてを受け入れます。

- ・ 武道場の入場人数が、『制限』から『目安』という形に緩和されました。杉並合気会の稽古参加者の状況を鑑みた場合、原則すべて受け入れることが可能であると判断しました。

4. 稽古時の服装について：運動に適した服装です（道着着用にはこだわりません）

- ・ 自宅から稽古できるような服装で来ていただくことが望ましいです。
- ・ 体育館の更衣室は、荻窪体育館は全利用者の男女おのおの3名までです。ロッカーの使用もできません。一方、大宮前体育館の更衣室は、半分ほどのロッカーを使用できないようにして、入場制限をしています。
- ・ ちなみに、**エントランスや通路などでの着替えは認められていませんので注意してください。**

5. 稽古参加者（含む見学者）の武道場への入場について：感染防止の観点から、並んで待っていただき、入場時に順番に入場していただきます。

- ・ 希望者は、武道場入り口前に、先着順に並んでいただきます。並び方は、指導者、運営責任者が指定します。

- ・ 稽古開始 15 分前から並んでいただきます。
 - ・ 順番に道場に入場していただきます。(遅れての入場はご遠慮願います)
 - ・ 道場に入る前、必ずアルコールなどによる手指消毒を行ってください。武道場入り口に設置されています。
 - ・ **【重要】当日の体温を必ず梅田さんに申告してください。37.5 度以上ある場合は、稽古に参加できません。**
6. マスクの着用について：体育館に入る際は必ずマスクを着用してください。
(マスクを持参しないと入館できません)
7. 稽古時のマスクの着用について：マスク着用を**推奨**いたします。
- ・ 極力マスク着用で稽古を行うようにお願いします。
 - ・ マスク着用して稽古する場合、息苦しくならないように、十分自己管理の上着用をお願いします。
 - ・ 稽古中、息苦しさなど体調不良を感じたら、即休息を取るようお願いします。
8. 稽古について：
- ・ お互い十分なスペースを取りながら稽古を行います。
 - ・ 状況を鑑みながら、一部接触を伴う稽古も開始します。
 - ・ 荻窪体育館の場合は、剣・杖を使用しての稽古も行います。(剣・杖は持参していただくことも可能です)
 - ・ 剣や杖の稽古を行う場合は、使用直前に、各自でアルコール消毒してから使用します。
(布と消毒液を準備しています)
9. その他：
- ・ 荻窪体育館 武道場の下足箱が使用できるようになりましたので、靴を直接下足箱に入れてください。なお、気になる人は、靴をビニール袋に入れてから、袋ごと下足箱に入れるようにしてください。
 - ・ **【重要】稽古終了後、当人や家族など同居人（濃厚接触相当者）が、14 日以内に、新型コロナウイルス感染症を発症した場合、飯塚（連絡先：kiizuka@nisiq.net / 080-6647-7036）に速やかに、報告してください。** 合気会本部、杉並区体育施設に報告する必要があります。
 - ・ **【重要】連絡先（住所、電話番号、メールアドレスなど）の変更がある場合は、必ず飯塚まで連絡してください。** 体育施設から『利用者名簿』の保持を求められています。そのためにも、最新の連絡先が必要です。
 - ・ 稽古中の貴重品については自己管理としますのでその旨承知願います。
 - ・ 杉並合気会は、稽古中などにおいて、感染防止に努めますが、参加者が感染した場合

にも、その責任は各個人にあることをご了承ください。

- ・ 感染防止のために、主催者（体育施設、そして杉並合気会）が決めたこれらの措置の遵守、そして主催者の指示に従うようにしてください。やむなき場合は、退場いただくこともありますのでご承知ください。
- ・ 体育館の一般使用を利用の稽古は行いません。

10. 以下の条件が、稽古日から過去14日以内にいずれかあてはまる者は、稽古の参加はできませんので注意してください。

- ① 平熱を超える発熱（おおむね37度5分以上）
- ② 咳、のどの痛みなど風邪の症状
- ③ だるさ（倦怠感）、息苦しさ（呼吸困難）
- ④ 臭覚や味覚の異常
- ⑤ 体が重く感じる、疲れやすい等
- ⑥ 新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がある
- ⑦ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる人がいる
- ⑧ 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

以上、新型コロナウイルスの感染を防止するための施策、そして杉並合気会の稽古で感染を起こさないためですから、ぜひ協力をお願いします。何か質問などございましたら、飯塚まで連絡下さい。

ではよろしくをお願いします。

杉並合気会
飯塚清貴