

活動再開にあたっての注意事項

一般社団法人日本スポーツウエル協会

理事長 中村 一磨呂

新型コロナウイルス感染症によって、多くの大会や行事、講習会や練習会が自粛を余儀なくされ、残念な思いやご苦勞を強いられた方も多と思います。終息後はその思いも晴らせるよう思い切りご活躍ください。

緊急事態宣言が39県で解除され、今後各地区で施設が開放され始めると思いますが、支部が活動を再開するにあたっての具体的な注意事項を、横田副理事長や山田副理事長を中心に相談してまとめました。支部の実情に合わせてご活用ください。

会報217/218合併号に、岡山県スポーツウエルネス吹矢協会会長で、医師の今井博之氏による「新型コロナウイルス肺炎の流行に伴い、自粛要請終了後に練習会や体験会を再開する時の注意事項」(以下「イマイ提言」という。)が掲載されています。その後更新版がホームページに出ておりますが、お医者様の立場でのご提言で大変参考になりますので、皆様には是非参考にしていただきたいと思います。

1. 練習会場の入口

- (1) 当日の朝や会場に入る前に体温を確認します。(非接触温度計を用意するとか、自分で測定してきた体温を確認)
- (2) 当日の体調を確認します。(具体的な内容は、「イマイ提言」の前文にあります)
- (3) 参加者名簿に、名前・入場時間・退場時間・(できるなら)体温など記載します。

2. 最初に入る人

- (1) ご本人の手洗い・消毒をします。以降順次入ってくる人は手洗い・消毒をしてから入ります。
- (2) ドアを開けたままにし、「イマイ提言」**1**の換気を実施します。
窓を2カ所以上開けます。
- (3) 「イマイ提言」の**4**に記載されている施設の設備等の消毒を実施し記録に残します。

3. 練習順の組合せ (一つの事例)

- (1) 会場の大きさによりますが、的と的の間隔を2メートル以上とります。
- (2) 支部で練習に参加する人をリストアップし、1時間毎の組合せを決めます。練習タイムをシェアし、練習時間以外の方は、自分の時間に合わせて来場するか、会場の外で待ち合わせするなどします。
会場の後ろなどが広く取れる場合は、マスクをしたまま時間まで静かに待ちます。
- (3) 入場は、支部長、指導員、タイマー担当など最小限の密にならない程度の人数に限定

します。

(4) 練習時間1時間の間は、同一競技者が継続して練習します。

①例として、会場に3レーン設置できる会場とした場合、最初の1時間に練習できる人は3名とし、1時間連続して練習します。順調なら10ラウンドは出来ます。

②1時間経過したら、次の人が手洗い・消毒して入場し、終了した人は退出します。

③人数とレーン数のバランスで工夫してください。

(5) 吹く距離は、全員同じ距離の人を組合せます。

例えば、8トの人が一番左に立ち、その右手の人が9や10トを吹く人という組合せは止めます。後ろの人の筒先が、前の人の息を吸う人の立ち位置と一致することを避けるためです。

4. 練習時の注意事項

(1) 同じ人が1時間連続して吹く場合は、最初に的面を消毒し、1時間連続して練習し、最後に次の人のための的面を拭いて終わります。連続して吹かず、1回(5本)交代の場合は、吹く毎に、吹いた人が的面を消毒剤で拭きます。「イマイ提言」の[3]を参照。

(2) 的紙を使う場合、競技者が自ら貼り、終了後、的紙を剥がして自分で持ち帰るようにします。

的紙の四方を止めるにはピンを使用し、吹く競技者が自ら使用し、終了後は消毒剤を使って消毒し、次の人が使用するかまたは、都度新しいピンを使用します。使用済みピンは、小物入れなどに入れておき、練習終了後まとめて消毒して次回に備えます。

(3) 筒クリーナーは「イマイ提言」の[6]に則り実施します。

(4) 競技をしない人や、会話する人は、必ずマスクを外さないようにします。

(5) 撥ね矢があり、その矢が床に落ちた場合は、その後の練習では使用しないように別取りし、自宅などで消毒します。

(6) 筒立ては、共通で使用することは避け、競技者個人で使用できるものを用意します。

どうしても共通の者を使う場合は、交代するたびに消毒し、終了後も消毒します。

新型コロナウイルス感染症の流行が終息して通常の練習方法に戻すときには、支部全員で確認し合ってからとしてください。

ただし、終息後も継続して実施した方が良い内容もありますのでこれも皆さんで相談して決めてください。今はまだ慎重に実施することが大切です。

よろしく願いいたします。

引き続き健康にお気を付けてお過ごしください。

以上