

新型コロナウイルス感染とスポーツウエルネス吹矢との関連について；
(2020/06/06 荒井他嘉司)

基本的に言えば、吹矢は**感染に気をつけながら**続ける限り全く問題はありません。
新型コロナウイルスは呼吸器内で増殖して肺炎を起こすので呼吸器が最前線に立たされる恐ろしい疾患です。一般的に高齢者・糖尿病・心臓病・肥満・COPDなど慢性呼吸器疾患・重喫煙者などが感染すると肺炎は重症化し易いと言われています。慢性呼吸器疾患を抱えている方では呼吸器の免疫力や呼吸機能が低下している可能性が高いため、万一感染すると重症化し易いと考えられます。しかし、**感染が予防されてさえいけば**吹矢が悪いことはなく問題ありません。それどころか、長期に中断することで吹矢による免疫力の強化、呼吸機能の改善、身体的・精神的に有効な各種効果が損なわれることが心配されます。従って、体温の変化、味覚・臭覚の異常、普段は感じたことのないだるさ、咳や息苦しさの変化などの**体調管理を行った上で**、道場での**感染対策を充分に守りながら**吹矢を再開して健康維持に努力しましょう。