

関 係 各 位

大分県柔道連盟
会長 穴 井 隆 信
(公 印 省 略)

新型コロナウイルス感染症への対応について(通知)

表記のことにつきましては、令和2年6月16日付、本連盟からの通知により、本格的な練習再開を目前に、段階を踏んだトレーニングや稽古が行われていることと思います。

自粛期間の長期化により、選手はもとより、各指導者の先生方においても、実践に即した「乱取り・基立ち・試合稽古」などの練習を、少しでも早く開始したいとの苛立ちがあることも理解しています。

しかしながら、まずは選手の基礎体力を向上させ、新型コロナ発生前の状態に戻したうえで、試合等に臨まなければ、せっかくやり始めた稽古で怪我が発生し、この怪我によってこれまで以上の長い時間を治療に要するような事態になりかねません。

つきましては、上部団体である「全日本柔道連盟」への伺い等を参考に、大分県柔道連盟としての方向性を出しましたので、通知内容をご理解の上遵守し、技術・体力・精神力の充実に努めてください。

記

1 基礎体力の向上及び選手の状態の観察を行う

6月22日(月)から第3段階に移行し、諸注意を守りながら「乱取り稽古」を行ってよいこととしましたが、選手は長期間にわたり厳しい稽古を積んでいないことから、初期の稽古に当たっては基礎体力の向上に努めることを原則とします。

選手個々の体力の戻り具合には個人差があることから、全選手一律の稽古内容はできるだけ避け選手個人の体力に合った内容を行わせるなど、基礎体力が復活していない段階で、いきなり乱取り稽古はさせないでください。

指導者は、第3段階に入ってから、選手個々の動きを慎重に観察し、無理な稽古となっている選手に対しては抑制を促すなど、選手の状態を細かく観察してください。

2 感染防止に万全を期すために行うこと

(1) 各自が健康記録表を作成し、練習日に提出する。記載内容は、氏名・連絡先・当日の体温・当日の体調などとし、指導者へ提出するとともに指導者は必ず確認をし、発熱などの症状がある選手については、当日の練習は不参加とします。

(2) 道場の使用前後には、共用場所(畳・更衣室・トイレ・ロッカーなど)を、アルコール系消毒か、次亜塩素酸ナトリウムの希釈液で拭き掃除を行います。

(3) 道場使用时には、窓を開けるなどして換気を十分に行います。クーラー使用時も窓を開けるなどして換気をしてください。

(4) 練習前後には自宅等でシャワーを浴び、柔道着、トレーニングウェア・タオルなどは自宅で洗濯してください。

(5) 練習前には、アルコール等による手消毒を行うとともに、練習後には、うがい・石鹸による入念な手洗いを行うなどして、感染防止に努めてください。

※ 第1段階・第2段階までは、必ずマスクの着用をしてください。

以上