

現在、全国的に新型コロナウイルス感染症が再び蔓延している状況にあり、茨城県の発表では5月6日から17市町が感染拡大市町に指定されることになりました。

全日本剣道連盟では京都での審査が予定通り行なわれ、茨城県剣道連盟でも審査が5月9日、6月6日、13日、27日と予定されております。茨城県剣道連盟としましては、県内の道場での稽古会は自粛を含めて慎重に、稽古会や道場毎にご判断いただくようお願いいたします。もちろん、市町村で施設の使用が禁止された場合にはそれに従って下さい。

これまでは剣道用の面マスクを鼻まで覆って正しく付けること、シールドの装着、検温、消毒・手洗い、送風・換気などの励行などにより、剣道の稽古での感染クラスターは発生しておりません。

しかしながら、現在蔓延してきている新型コロナウイルスの変異株は従来のものに比べて感染力が1.7倍と高いと報告されております。変異株に対してはこれまで通りの対策でいいかどうかの是非は不明な部分もありますが、少なくともこれまでのコロナ対策は気を緩めずしっかりと遵守していく必要があります。特に稽古仲間との会食についてもこれまで通り禁止の継続をお願いします。コロナ感染経路としては、飛沫感染・エアロゾル感染がほとんどですが、接触感染もあります。飛沫感染・エアロゾル感染についてはマスクだけでは完全に防げませんので送風・換気を十分にしましょう。また、新型コロナウイルスの生存期間に差があり、素材や気温・湿度により異なりますが数日から1週間程度コロナウイルスが生存する可能性があります。接触感染を防ぐには、手洗い・消毒を励行し、すぐに口・鼻・目を触れない・擦らないように気を付けましょう。体調管理、参加者の台帳記入、検温、手洗い、消毒、面マスク・シールド、送風・換気、稽古時間などについてのコロナ対策のガイドラインを再確認、徹底をお願いします。

新型コロナワクチン接種が茨城県内でも医療者と高齢者に対しての実施が進められています。しかし、ワクチンを受けられても100%の感染防御とはなりませんので、対策の変更はしばらくありません。これまで通りのコロナ対策の継続をお願いします。

これから温度や湿度が高くなります。熱中症などに十分に留意して下さい。無理はせずに、休息や水分、塩分補給をこまめに行ってください。息苦しさを感じたら躊躇なく面を外し、面マスクをとり、外に出て深呼吸して、新鮮な外気を吸ってください。

稽古会ができなくなっても、ひとり稽古は継続可能です。散歩やストレッチ、筋トレ、素振りなど行い、ご自分の剣道を見直す機会とされることをお勧めします。また、人と人とのこころの繋がりは大切です。連絡をお互いにとりあい、こころのケアをしましょう。剣道での健康維持・安全対策を行い、皆でともに慎重に前に進んでいきましょう。

茨城県剣道連盟医学委員会 委員長 林明人
令和3年5月3日