

## 稽古再開までの流れ

| 期 日     | 段 階         | 支部所属団体   | 支部   | 県剣連  | 中学校・高校 部活動  | 中体連・高体連   |
|---------|-------------|--|--|--|---|---|
| 6/9(火)  | 県剣連ガイドライン策定 | 内閣官房、スポーツ庁、文科省、全剣連、県教委、県剣連からの各通達の熟知  |  |  |   |   |
| 6/10(水) | 稽古自粛解除      | <b>①団体別ガイドラインの作成</b><br>→計画書とともに参加者及び保護者等に事前に示し、周知を図る<br><br><b>②稽古再開に向けた計画書【様式1】の作成</b> → <b>所属支部へ提出</b> (用紙またはデータで)<br><br>※警察関係、その他組織による団体は、 <b>県剣連会長宛に直接提出</b><br><br>☆ <b>県剣連会長から再開の承認</b><br>→ <b>稽古再開 ※60歳以上の方は7/5(日)以降</b><br>○感染予防、安全対策に十分注意した活動(様式2・3、健康チェックシートの活用)<br>○指導者による面マスク、シールドの装着テスト(安全性の確認)<br>○ガイドラインの見直し | 左記②について取りまとめ、 <b>県剣連会長宛に提出</b> (用紙またはデータで) | 各支部から提出された計画書について、 <b>県剣連会長は、全剣連・県剣連ガイドラインとの整合性の確認後、各団体へ再開の承認を連絡</b> | <b>①団体別ガイドラインの作成</b><br>→計画書とともに参加者及び保護者等に事前に示し、周知を図る<br><br><b>②稽古再開に向けた計画書【様式1】の作成</b> → <b>地区中体連・高体連専門部に提出</b> (用紙またはデータで)<br><br>☆ <b>県中体連・高体連専門委員長から再開の承認</b><br>→ <b>稽古再開</b><br>○感染予防、安全対策に十分注意した活動(様式2・3、健康チェックシートの活用)<br>○指導者による面マスク、シールドの装着テスト(安全性の確認)<br>○ガイドラインの見直し<br>○稽古計画の作成継続 | 左記②について<br><b>地区中体連・高体連専門部は取りまとめ、県中体連・高体連専門委員長に提出</b> (用紙またはデータで)<br><br><b>県中体連・高体連専門委員長は、全剣連・県剣連ガイドラインとの整合性の確認後、各校へ再開の承認を連絡</b> |
| 6/11(木) | 再開に向けた準備期間  |  |  |  |   |   |
| 7/4(土)  |             |  |  |  |   |   |
| 7/5(日)  |             |  |  |  |   |   |

### <参考> 活動計画の例

| 期 間   | 6/19まで<br>(約10日程度)                             | 6/20~7/4<br>(約2週間程度)              | 7/5~17<br>(約2週間程度)           | 7/18~24<br>(約1週間程度) | 7/25以降              |
|-------|--|-----------------------------------|------------------------------|---------------------|---------------------|
| 段 階   | 準備期Ⅰ   | 準備期Ⅱ                              | 適応期Ⅰ                         | 適応期Ⅱ                | 通常再開                |
| 目 的   | ・面マスク着用での素振り<br>・トレーニング                        | ・面以外の剣道具、稽古着着用での素振り、足さばき等の基礎的動作練習 | ・基礎的動作練習<br>・面を装着しての稽古は15分程度 | ・面を装着しての稽古は20~25分程度 | ・面を装着しての稽古は25~30分程度 |
| 休 憩   | 10~15分程度に1回は休憩時間を確保、参加者の健康状態を常に把握し、水分補給をこまめに行う |                                   |                              |                     |                     |
| 強 度   | 40%  | 50%                               | 50%                          | 70%                 | 80%程度               |
| 活動時間  | 30分程度  | 45分程度                             | 45分程度                        | 45分程度               | 60分程度               |
| 感染予防具 | 面マスク着用   | 面マスク着用                            | 面マスク・シールド着用                  | 面マスク・シールド着用         | 面マスク・シールド着用         |