

2020年5月22日

関係各位

公益財団法人全日本柔道連盟

会長 山下泰裕

専務理事 中里 壮也

新型コロナウイルス感染症対策委員会

### 新型コロナウイルス感染症への対応について（通知）

平素より本連盟の事業に対し、格別のご理解とご協力を賜り、心よりお礼申し上げます。

また、この度は本連盟事務局における新型コロナウイルス感染症の集団感染発生に伴い、皆様に多大なるご心配とご迷惑をお掛けしましたこと深くお詫び申し上げます。

さて5月14日に39県において緊急事態宣言が解除され、5月21日には残る8都道府県のうち近畿3府県において特別警戒が解除されました。柔道練習再開に関しては5月31日まで自粛としていましたが、警戒が解除された地域においては6月1日から可能といたします。いまだ特別警戒中の地域も解除されれば可能とします。しかし地域によって感染や自粛程度の状況が異なること、また練習休止と体力低下によるけがの発生が懸念されることから、段階的練習計画でお願いします。各段階の感染症や社会状況の基準に関しては、各都道府県行政の判断や学校の方針によるところが大きいので、地域の判断に基づいて計画し、各地域で統一的な対応がなされるようにお願いします。また現時点で段階3と判断される地域においても、まず段階1から開始し一定期間を経て徐々に段階を上げるようにして下さい。地域で再度感染症が発生し行政の対応が変化すれば、当然段階も戻ることになります。

同時に柔道参加者のすべてが行うべき感染症予防措置を示しますので、この措置を行わなければ練習に参加できないことを徹底ください。詳細は全日本柔道連盟のホームページなどで公開しますが、ここでは開始から3段階までの要約と感染予防措置を示します。なお対外試合（地域、全国、国際）の開催や観客制限などに関しては、段階3を終えた後の段階4、段階5に相当しますので、改めて指針や対応をお示しします。それまでは試合・大会の中止、延期の対応をお願いします。

### 記

#### 1. 段階1（練習の開始段階）

- 感染症と社会状況：緊急事態宣言は解除。外出規制の緩和や少人数集会の開催が一部認められ、学校や部活動の一部再開。3つの密は厳守、県をまたぐ移動は自粛状態。
- 練習人数制限（1名/8㎡、畳4枚ほどを目安）
- 練習内容：相手と組み合わない練習のみ  
例えば、受身、筋力トレーニング、一人打ち込み、指導など
- 練習時間；1時間以内
- マスク着用義務あり
- 道場共用施設（シャワーなど）の使用禁止

#### 2. 段階2（相手と組み合う練習の開始段階）

- 感染症と社会状況：学校や部活動の再開。3密のうちマスク着用下での密接許可。

- 練習人数制限（2名/16㎡、畳8枚ほどを目安）
- 練習内容：相手と組み合う練習  
例えば、**打ち込み（立技・寝技）、投げ込み、技の研究・指導など**  
**（乱取りや試合稽古は禁）、**組み合う相手は変えない
- 練習時間；1時間程度
- マスク着用義務あり

### 3. 段階3（乱取り練習段階）

- 感染症と社会状況：地域の新規患者が一定期間（たとえば4週間以上）なし。3密と移動制限の解除。
- 練習人数制限なし（ただし密集となる状態は可能な限り避ける）
- 練習内容：**相手と組み合う練習、例えば乱取り（立技・寝技）や試合稽古**  
ただし、組み合う相手との時間（5分以内）や相手の数（5名程度など）を制限する  
出稽古や対外試合は行わない。
- 練習時間：2時間以内
- マスク着用義務なし

なお柔道参加者および管理者（指導者など）は、以下の**感染予防措置が取られない場合には活動を行うことは許されません。**

- 練習日には全員が**健康記録表を管理者に提出**する（健康記録表には氏名、連絡先、当日の体温、当日の症状の有無などが記載）。練習参加可否とクラスター発生時の追跡に必要。
- 管理者はすべての健康記録表をチェックし、**発熱者や有症状者は練習不参加**とする。
- 使用前後での施設の**共用場所（畳、更衣室、トイレなど）の拭き掃除、消毒**：消毒はアルコール類か0.02-0.1%次亜塩素酸ナトリウムによる拭きがよい。
- 共用設備**のうちシャワー室や更衣室ロッカーは段階2までは**使用しない**。
- 道場は**換気**を十分に行う。
- 練習前後には全身を自宅にて**シャワーで洗う**。
- 柔道着、トレーニングシャツ、タオルなど個人が使用する物品は**毎日自宅で洗濯**する。
- 手洗いを頻繁**に行う。：練習前後・休憩前後で擦式アルコール製剤で両手を定期的にすみずみまで洗浄するか、石鹼と水で洗う（20秒間）。
- マスク着用は段階1、2では必須**とする。

なお国際柔道連盟（IJF）においても、警戒レベル4から1における柔道の練習や感染予防対応がホームページに出されています。日本語訳を全日本柔道連盟ホームページに掲載しましたので参考にしてください。IJFの警戒レベル4、3が段階1、レベル2が段階2、レベル1が段階3に概ね相当します。

以上