

令和2年7月17日

上小剣道連盟 関係各位

文責 指導部長 丹羽 貴

「稽古再開に向けたガイドライン（長野県ガイドライン）」研修会（報告）

日 時：令和2年7月12日（日）12時30分受付 13時15分開始式 15時20分修了式

会 場：千曲市戸倉体育館

参加者：各支部・中体連・高体連・大学・県道場連盟・県高齢剣・小学生強化・県警察の各代表者

資 料：①「対人稽古自粛のお願い」の解除（全剣連 6/4 付）

②ガイドラインに関する補足説明（全剣連 6/8 付）

③感染拡大予防ガイドラインのマスクについて（全剣連 6/24 付）

④「対人稽古自粛のお願い」解除に伴う稽古再開について（県剣連 6/4 付）

⑤一般財団法人長野県剣道連盟 稽古再開に向けたガイドライン（県剣連 6/9 付）

⑥一般財団法人長野県剣道連盟 稽古再開に向けたガイドライン補足事項（県剣連 6/18 付）

⑦感染対策・安全対策に留意した稽古再開のために（第1版）

⑧全剣連ガイドライン・長野県ガイドラインに沿った感染予防を講じた稽古方法の参考例

※①～⑥は全剣連および県剣連 HP を参照してください。

1. 会長（加瀬浩明先生）挨拶より

昨年2月の小坂憲次杯の直後より、急激に感染拡大となった。剣道ができないのは戦後の禁止以来。緊急事態宣言の解除に伴い、全剣連から6月に稽古自粛解除が出された。先週あたり県外では感染拡大の様子が見られる。さらに飛沫感染予防のために三密を避けてきたが、空気感染の可能性も示唆されている。8月に長野県開催予定であった、六・七段審査については、県・市・保健所と相談をする中で、中止することを決定した。県内の四・五段審査については3月の審査が中止となったが、9月に審査が実施でき、合格となった受審者（3月審査の申請者）には、3月の登録とすることを考えている。

剣道は感染が最も起きやすい競技の一つ。感染拡大初期に実際に剣道でのクラスターが発生している。感染拡大が一足先に収まった中国において、マスク着用での運動後、死亡する事故があった。国は運動する際はマスクを外すよう指示しているが、剣道では「マスクをしなさい」と言っている。これはそれだけ剣道における感染レベルが高いことを示している。

今の状態で、剣道で感染が出た場合、「やはり剣道か」と言われてしまう。そうなれば、今年度剣道を始める人が少ない中で、さらに剣道が敬遠されてしまうことになりかねない。今何ができるか。剣道を衰退させないためにどうすれば良いかを考えたい。

段審査および級審査は何とか実施したい。特に中学3年生、高校3年生には目標の段を合格させたい。1級がなくても、その場で1級を認め、初段合格とすることも検討している。

大会については難しいところがある。事業計画に従って申し込みや準備を進めていくが、状況によっては延期や中止もありうる。小坂憲次杯は何らかの形で実施したい。例えば、各地区で代表を選出し、チーム数を絞って実施するのも一つの案としている。

各地区でぜひ伝達して欲しい。「絶対に剣道の事業で感染者を出さない！」

## 2. 専務理事（塩崎正昭先生）からの説明

全剣連からのガイドラインは緊急事態宣言解除後のこと。このガイドラインで大丈夫だろうかと思っていた。長野県のガイドラインは細かい決まりではない。みんなで守ろうという共通理解である。自分達だけの勝手な判断では困る。剣道連盟としては、県内の会員1万5千名の安全を守ること考えている。

### （配布資料についての説明）

資料① 緊急事態宣言が解除されたことに応じて、6月4日付けで全剣連から出されたもの。感染者数は解除前の状態に戻っているが大丈夫かという心配ある。p.2に「県の方針を遵守するもの」とある。また、「近隣の理解を得るよう努める」とある。必要に応じて地域や施設への説明を行う。

資料④ 長野県剣道連盟として、「本県剣道界から新たな感染者を出さない」「再度、対人稽古自粛とならないようにする」の2点を基本方針として明示した。

資料⑤ 長野県剣道連盟のガイドラインに「参加者の安全を最優先し、稽古再開による事故等の防止に努める」を加筆した。面マスク着用での稽古について危険性について考えて欲しい。例えば、心臓も肺も大人の半分で、大人の倍以上竹刀を振る子ども達に対して、どれだけのことを想定できるか。

資料②③ 面マスクの着用について、全剣連が追加で出している。「鼻を出しても良い」「自分に合った面マスクを選択」とある。“自分に合った”についてどう考えるかは人それぞれで曖昧である。苦しくないことを優先したい人もあれば、絶対に感染したくないと思う人もいる。指導者が適さないものをダメと言えることが必要である。また、どういったマスクでも対応できる練習内容が必要となる。苦しい練習は無理。誰でもできる練習から始める必要ある。

資料⑤ (3)③に参加者本人と保護者にガイドラインと稽古計画を示すこと、参加者の意向を確認、尊重し、参加を強制しないこと。⑧の活動計画は、実態（毎日行われる部活動と、週に数回の地域の稽古とでは状況異なる）に則したものとする。②に指導者が面マスク・シールドの装着テストをした上でとある。※8月福岡で実施予定の六・七段審査では、面マスク着用、シールドは任意となっている。

資料① p.7に「稽古での発声は、極力抑制する」とある。これは、思わず出してしまったものは仕方がないという程度。発声を伴わない剣道は難しい。では指導の中でどう教えるか。私案としては、声を出さず回数を減らす工夫をする。（例えば、面打ちを3本行う場合、始めの2本は発声せず、最後の1本はしっかり発声する。）素振りの際に発声せず、呼吸と連動させるなど、呼吸については指導したい。p.8に「団体間の交流、出稽古は当面禁止する」とある。いつまでとは明確に決まっていない。全剣連では8月の福岡審査がこの基準を超える最初の事業である。その状況を鑑みて、長野県としては9月からの審査実施を考えている。

### （質疑応答）

質問① 利用施設として小学校のガイドラインではマスクを外すようになっており、剣道のガイドラインと異なるが、どのように対応すれば良いか。

→県剣連のガイドラインを説明し、安全対策についても説明の上、学校の理解を得る。

質問② 面マスクの着用方法について、資料③にあるように鼻を出すことは良いか。

→全剣連の方針に従うので問題ない。

質問③ 9月を待たずに、高体連で錬成会など集まることは可能か。

→8月福岡審査の後どうかが一つの判断。9月以降と考えて欲しい。

質問④ 指導者が仕事の都合で東京に行ったという場合、どう対応するか。

→2週間は稽古に参加せず、様子を見るよう対応する。

### 3. 実技（指導：近藤敏朗先生・町田育哉先生）

- (1) 準備運動：指導者が号令・掛け声を行い、習技者は掛け声をかけない。
  - ・指導者の号令やホイッスルに合わせて行い、発声を控える。
- (2) 素振り：指導者が号令・掛け声を行い、習技者は呼気で行う。
  - ・指導者の号令に合わせ、「フーッ」という呼気にて素振りを行う。本数は少なく。
  - ・吸気で振りかぶり、呼気で正面打ち。呼吸と打突動作を連動させる。
- (3) 足捌き：歩み足から送り足など、段階を追って実施する。
  - ・床に置いた面の周囲を、歩み足、送り足で周回する。
  - ・ある程度長い距離を送り足で往復する。
- (4) 剣道形：一斉指導の形で行う。（指導者が打太刀、習技者全員が仕太刀で実施。）
  - ・全員が指導者の方を向いて、一本目、二本目を実施。
  - ・一本目を指導者が十分に間を取って実施。（打太刀が動くまで仕太刀は動かない。）
- (5) 基本技稽古法：指導者もしくは習技者の代表者（数名）が元立ち、他が掛り手で実施。
  - ・基本1、基本2、基本3を実施。
- (6) 切返し：3～4人1組で、順番に行う。
  - ・発声はしない。体当たりはしない。

### 4. 感想

剣道の稽古が再開されることに安堵した気持ちと、早く思い切って稽古したいとの思いがあったが、本研修に参加して、「稽古再開＝新型コロナウイルスの終息」ではないことを改めて認識し、コロナ以前と同様の稽古はできないとの考えを持って、稽古を再開していく必要があると感じた。「自分さえ良ければ」「自分達さえ良ければ」と考えず、長野県内の全会員の安全を確保するという連盟の考えに基づき、まずは上小支部全体が、全剣連および長野県剣道連盟のガイドラインを遵守しつつ、全ての年代において、安全面に十分配慮しながら稽古をしていく必要がある。

実技実習での取り組みから、「発声する場面を減らすこと」や「対人の距離を十分に取って行うこと」など、飛沫飛散防止に努めることが重要であると感じた。また、激しく打ち合う稽古ができない分、「呼吸との関連に触れながら指導する」といった、理合いに沿った指導をする良い機会であるとも感じた。

稽古の実施にあたっては、習技者の年代・体力・技能に応じた指導方法や取り組み方を工夫し、剣道技能の向上を図るとともに、剣道を衰退させないことを考えつつ、剣道を通しての人間形成に寄与できるかたちを模索したい。