

愛剣連発 20号
令和3年5月28日

各地区剣道連盟 御中

一般財団法人愛知県剣道連盟
理事長 祝 要 司

熱中症対策について

5月に入り気温が上昇し、夏日となる日が多くなってきています。また今月16日には例年よりかなり早く梅雨入りとなりました。今後も蒸し暑い日が続くと思います。

現在の剣道の活動は、新型コロナウイルス感染症感染防止対策として、面マスク及びシールドを着用して稽古を行っています。面マスクは当初「鼻を出してもよい」となっていたいますが、現在は「鼻、口をきちんと覆うこと」になりました。

今後の活動において、最も懸念されるのは「熱中症」です。会員の皆様におかれましては、熱中症の対策について充分留意して、くれぐれも事故のないように活動していただきますようお願いいたします。

熱中症対策として、愛剣連ガイドライン『今後の剣道活動について(令和3年4月15日改訂版)ステップ2(4/4)』をご参照ください。

1. 稽古の前にコップ1、2杯の水を摂取する。
2. 道場の温度と風通しには充分注意する。
3. 短時間で休憩を入れる。休憩中に水分補給をする。
4. 長時間の稽古は行わない。

など、必要な対策をして活動を行うようお願いいたします。

以上