**定期稽古の活動再開について**

厚生労働省、神奈川県、小田原市、日本空手協会、全日本空手道連盟の新型コロナウイルス感染症対策ガイドラインに沿って定期稽古を再開します。※道場ＨＰの6月予定表も併せてご覧ください

１．日時・場所　令和2年6月１７日(水)・２０日(土)・２４日(水)・２７日(土)

　　　　　　　　前半の部　１８：１５～１９：１５【初級・中級クラス】

　　　　　　　　後半の部　１９：３０～２０：３０【上級・黒帯クラス】

　　　　　　　　城北タウンセンターいずみ・ホール（小田原市飯田岡382-2）

　　　　　　　　※初級クラスは白帯と黄帯（無級～８級）、中級クラスは緑帯と紫帯（７～４級）、上級クラスは茶帯（３～１級）、黒帯クラスは初段以上が対象です。感染リスク軽減のため、参加者および保護者等の入場は、対象クラスの時間内（前半の部または後半の部）に限らせていただきます。

　　　　　　　　※７月以降については６月２１日以降、決まり次第連絡します。

２．稽古の内容　基本・形・組手（各15分程度）

　　　　　　　　※稽古の前後に礼と体操を行い、手洗い、うがい、手足の消毒をします。

※接触や飛沫防止のため他者と２ｍ以上離れ、発声を抑えてください

３．その他

・37.5℃以上の発熱または平熱比１℃超過がある場合、息苦しさ(呼吸困難)・強いだるさ、咳・咽頭痛などの症状がある場合、過去２週間以内に感染拡大地域への訪問歴がある場合は参加できません（毎回、稽古前に健康チェックシートを記録し、ご提出ください）。

・参加者名簿を作成管理し、必要に応じ保健所等の公的機関へ情報提供する事があります。

・出入口を常時開放し、窓も極力開放して外気との換気を行います。

・出入口にて靴を脱いで御入場ください。

・マスク着用し、稽古の前後に手洗いやうがい、手足の消毒を必ず行ってください。

・マスク、手指消毒スプレー、除菌シート、ゴミ袋などは各自でご用意ください。

・更衣室やトイレは少ない人数で利用し、会話も控えてください。

・熱中症対策として水分補給をこまめに行ってください。

・体調不良を感じたら無理をせずに稽古を中止してください。

・諸事情で参加困難な方には課題に基づく自主稽古の動画を評価する方法で対応します。