

## 弓 道 部 安全対策表

以下の表は、各項目に対する安全対策および事故発生時の対応をまとめたものである。本クラブ所属部員は、必ず安全対策を実施し、事故等が発生しないように注意する。また、万一、事故が発生した場合には、表に示されたように正しい対応をしなければならない。

項目	安全対策	事故発生時の対応
<b>緊急連絡体制の管理</b>	① 緊急連絡網を作成し、練習中及び試合などにおいて必ず所定の位置に配置するか、または顧問教員及び部長又はマネージャーが持参すること。	顧問教員及びクラブ部員は、事故発生時においてケガ人の処置をした後、緊急連絡先に連絡すること。
<b>部員の健康管理</b>	① 練習前に必ず自分の体調を把握し、体調の思わしくない時は、活動を行わないようにする。 ② 練習中において急に体調が悪くなる場合があるので、必ず複数で練習し、常に相互に確認すること。 ③ 練習が終了して、練習場所を出る時も必ず複数で行動すること。練習場所に一人で残ることがないようにする。また、帰宅時なるべく複数で行動すること。	人命第一を考え、状況を的確に判断、救急車の手配をする。また、直ちに顧問教員あるいは看護師（又は学生係）に連絡をする。
<b>練習中における安全管理</b>	①屋根越え防止対策 (1)矢は水平にねらうこと。(必ず矢道または安土に着地させる) (2)矢は水平に離す（発射する）こと。 (3)1人練習は禁止し、2人以上で練習すること。 (4)必ず監視係を置き、一射毎に、ねらい・矢の角度（水平）を確認すること。 (5)監視係は、危険性を認めたとき、即刻行射を中止させること。 （例）矢先が上方を向いているとき。射形が乱れているとき (6)矢が矢道及び的場から逸れてとんだ場合には、即刻行射を中止させて矢を回収すること。  ②練習方法における安全対策 (1)練習前に、弓具の整備点検を行うこと。 (2)練習前に、十分なウォーミングアップやストレッチ運動を行うこと。 (3)行射中の私語は厳禁とすること。 (4)薄暮時以降は、必ず照明を点灯し、矢飛び・着地地点を確認すること。 (5)行射中、看的小屋にいる者は絶対に安土側へ体を出さないこと。 (6)矢取りのために安土へ入る際は、射場側と看的側で相互確認を行った後に入ること。	状況を的確に判断し、直ちに顧問教員に連絡する。

	<p>(7)矢取り終了後、各自で使用した矢の本数を確認すること。</p> <p>③技術的な安全対策  (1)行射は、全日本弓道連盟「弓道教本」に則って行うこと。  (2)射位にて矢(や)番(つが)えをした後には、矢の向きを的方向からそらさないこと。  (3)別紙「的前行射資格のチェックシート」にて、定期的に部員の技術水準を確認し、基準を満たしていない者は、的前行射を禁止する。</p> <p>④初心者指導における安全対策  (1)初心者が始めて的前行射に移行する際は、監督者(コーチ、部長、副部長)のいずれか2名以上の許可を得ること。  (2)別紙「的前行射資格のチェックシート」の基準を満たした者のみに、的前行射の資格を与えること。  (3)初めての的前にて行射する場合、近距離(14m)から行い、距離感覚を慣れさせること。  (4)日々、室内(巻藁)練習を十分に行わせてからの的前に移すこと。</p>	
項目	安全対策	事故発生時の対応
<b>試合における安全管理</b>	<p>① 試合前に救急箱の中をチェックし、必要なものがそろっているか点検すること。</p> <p>② 試合会場への移動は、必ず公共交通機関を使用して行うこと。また、事情により顧問教員が引率できない場合は責任者を決め、万が一の時には顧問教員と連絡が取れる体制を取るようしておく。</p> <p>③ 試合は、特別な場合を除き顧問教員の付き添いなしに行ってはいけない。</p>	<p>必要なものがない場合は必ず補充する。</p> <p>試合会場への移動計画をあらかじめ顧問教員へ連絡し、万が一の場合の対応について確認しておく。</p>
<b>練習場所等の施設の安全管理</b>	<p>①施設の管理  活動前に施設の破損等がないか確認すること。</p> <p>②道具の管理  (1)破損した弓具は使用を禁止すること。  (2)クラブ矢を借りる場合は、弓具管理台帳へ氏名・日付を記入し、矢に名前を記載して自己管理すること。  (3)使用する弓に名前・弓力(kg)を記載すること。  (4)自己の体力に適合した弓を使用すること。  【基準】:弓の弓力を選定する際には同じ強さの弓を2つ張り分肩入れができること。  ⇒全日本弓道連盟「弓道教本」に基づく。</p>	<p>状況を的確に判断し、直ちに顧問教員に連絡する。</p>

<p>外部（応援者を含む）の安全対策</p> <p>* 対応クラブのみ</p>	<p>① 通常の活動時において、部外者の射場への入場は原則的に認めない。</p> <p>② 公式戦における応援については、応援者に競技要項の内容を事前に周知し、安全対策を徹底する。</p>	<p>状況を的確に判断し、直ちに顧問教員に連絡する。</p>
<p>その他</p>	<p>① 部長及びマネージャーは、クラブ活動日程・練習内容を事前に顧問教員に連絡すること。</p> <p>② 事故時には全員で応急体制に当たること。</p> <p>③ 部員及びマネージャーは、救命救急法に関する知識を身につけておくこと。</p> <p>④ 事故時の連絡体制のため、学生の緊急連絡先を常備しておくこと。</p>	<p>状況を的確に判断し、直ちに顧問教員に連絡する。</p>

## 新型コロナウイルス感染症対策

### 1. 共通の対策

- 活動前に検温を行い、発熱がある場合（体温が 37.5℃以上である場合、または平熱より 1℃以上高い場合）は活動に参加できない。発熱がなくても咳など風邪の様な症状がある場合、倦怠感がある場合、息苦しさなどがある場合、嗅覚異常など身体に異常を感じる場合、その他少しでも体調が優れないときも活動に参加できない。
- 熱中症の心配のない活動や運動を伴わない活動においては、活動時にマスクを着用する。マスクを着用しない場合は、近距離での会話を控える（近距離での大声は徹底的に避ける）。
- 石けんを用いた手洗いやアルコール等の消毒用品を使用して、手指消毒を行う。
- 人との間隔をできるだけ 2 m（最低 1 m）空けるように努める。
- 使用する用具等については使用前に消毒を行うとともに、不必要な使い回しをしない。
- マスク、タオル、給水ボトル（飲料）などは自分専用のものを用意し、共用しない。
- 体育館など屋内で実施する活動については、その場所のドアを広く開け、こまめな換気を行う。ドアノブなど、学生が頻繁に触れる箇所は担当者を決め、定期的に消毒を行う。
- 部室や倉庫はなるべく短時間の利用とする。部室が活動場所となるクラブ・同好会は、人数に応じて教室の使用なども検討する。

## 2. 個別の活動内容にあわせた対策

本校弓道場における練習については、以下の方針のもとで行うものとする。

この方針は、全日本弓道連盟連盟、静岡県弓道連盟の推奨する新型コロナウイルス感染対策ガイドラインに準拠したものである。

<https://www.kyudo-shizuoka.com/img/corona/guid1-jkr.pdf> (全弓連)

<https://www.kyudo-shizuoka.com/img/corona/guid2-skr.pdf> (県弓連)

### 1. 道場や施設の使用における注意事項

「1.密閉、2. 密集、3. 密接」の3つの密になることを避けること。

- ①熱があるなどで体調が優れない場合は、道場に行くことや参加をやめる。  
(過去2週間以内に発熱や風邪症状があった場合は、特に控える。)
- ②マスクを着用して入退場する。
- ③道場内では窓、入り口を開放し換気を実施する。
- ④共用施設や供用備品については、手で直接ふれることを避ける。(触れた場合は消毒)  
道場入り口の取っ手(ノブ)は、道場開錠当番が適宜消毒する。
- ⑥道場の入・退所時はもちろん、行動の途中であっても手・指の消毒や手洗いを行う。
- ⑦更衣室・控室に多人数で入ることや不要な使用はせず、3つの密を避ける。
- ⑧自分の持ち込んだ物から出たゴミは密封し、自分で持ち帰る。  
道場内のゴミ箱は、道場内で出たゴミにのみ使用可とする。
- ⑨道場利用の注意点。
  - ・非接触体温計を設置する。
  - ・アルコール消毒液を下記の場所に設置する。  
□道場出入口 □弓具収納場所 □更衣室 □矢立て箱付近
  - ・除菌シートを矢立箱付近に設置する。
  - ・練習参加者は、必ず弓道部活動記録ノートを記入する。  
(参加者名、各人の入退場時間、体温を記録)
- ⑤練習参加者は、後日行動の経路を明らかにできるようにしておく。

### 2. 弓道活動にあたっての注意事項

- ①多人数にならないことや、活動時間が短時間となる利用計画を立てる。
- ②行射中は、お互いの距離を2m程度(最低1m)離す。
- ③行射中を除きマスクを着用する。
- ④弓道指導については必要不可欠であっても2mくらい(最低1m)の距離を保ち  
手で触れたり顔面を向き合って話したりすることは避ける。
- ⑤矢取は最少人数で、複数名でもお互いが接近しないように行う。  
矢取りを担当した者は返却後、手の消毒を行うこと。  
矢が返却され次第、各自の矢は各自が除菌シートなどで消毒すること。
- ⑥大きな声での会話、声援は控える。
- ⑦他人の弓具を取り違えて使用しない。  
弓具を共有する場合は使用者同士が消毒して渡すこと。
- ⑧終了後は片付け等を終え、すみやかに退場する。終了時間厳守。

# 弓道部 安全点検リスト

## 一般的事項

- 救急箱は用意してあるか
- 緊急連絡網は用意してあるか
- 部員の体調を確認したか
- 準備運動はしっかりと行われたか
- 活動をするのにふさわしい服装をしているか

## 施設・用具関係

- 練習前に使用する施設の安全確認を行ったか
- 練習場所はしっかりと整備された状態で練習が開始できるか
- 使用する道具の破損等がないことを確認したか

## 的前行射資格のチェックシート（「練習中における安全管理」④(2)参照）

射法各節	チェック項目	印
足踏み	両足先を結ぶ線が、真直ぐ目標物の中心を向いている	
	足を自己の矢束分開いている	
胴造り	臍(ひかがみ)が伸びている	
	反・屈・懸・退にならず、中胴ができる	
	三重十文字が出来ている	
弓構え	妻手手の内ができています(適切な場所に矢を番えている)	
	弓手手の内ができています(天紋筋、中・薬・小指の爪揃え)	
打起し	三重十文字ができています	
	矢が体と平行且つ水平である	
	両肩甲骨が上がらない	
大三	正しい手の内が整えられる	
	懸口十文字が保たれている	
	矢が体と平行且つ水平である	
引分け	反・屈・懸・退にならず、中胴ができる	
	矢が体と平行且つ水平である	
	適切なリズムで引き分けている	
	妻手の甲が上を向いている	
会	三重十文字ができています	
	五重十文字ができています	
	両肩甲骨が上がらない	
	自己の矢束を超えていない	
	矢が体と平行且つ水平である	
	口割り、頬付け、胸弦ができています	
	正しいねらいができる	
	正しい物見ができる	
離れ	緩み、引っ掛かりがない(スムーズな発射ができる)	
	弓手を保つことができる(上下動しない)	

	妻手親指を開いて離せる	
	手の内が崩れない（下手押・しゃくり離れにならない）	
	縦横十文字を保ったまま離せる	
	妻手を矢の延長線上へ向かって真直ぐ飛ばせる	
	両肩甲骨が上がらない	
	ねらい通り矢を発射できる	
残身(心)	縦横十文字ができている	
	身体が大の字に開いている	
	弓が照らない	

#### 緊急連絡先

- ・ 顧問教員：小村宏史      青山陽子 055-926-5753
- ・ 学生係   ：055-926-5734
- ・ 保健室   ：055-926-5729
- ・ 学生主事：055-926-5768

- ・ 施設、道具類に破損等がある場合には、顧問教員に報告するとともに、その使用を禁止し、それに関わる練習を行わない。また、施設に関しては、学生係にも連絡すること。