

# 《 練習を行う際の注意事項 》

- ① 以下に該当する場合は稽古を行わないで下さい。
  - ・体調がよくない場合(発熱、咳、咽頭痛、倦怠感、味覚障害などの症状がある場合)
  - ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
  - ・過去 14 日以内に外国から帰国した場合
  - ・「過去 14 日以内に外国から帰国した方」と濃厚接触がある場合
- ② 練習前後に手洗い・うがいを行い、矢取後など練習中もこまめに行って下さい。
- ③ 備え付けの練習記録ノートに、氏名、連絡先(電話番号)、練習日時を記入して下さい。
- ④ 的は 5 的以内とし、的前では一手または四矢で練習し、矢取は各自が行って下さい。
- ⑤ 的は朝準備したものを最後まで使用して下さい。
- ⑥ 来場者が 10 名を超えた場合は、後から来た者が練習開始時間を遅らせて下さい。
- ⑦ できるだけ家で着替えてくることで更衣室を利用しなくて済むようにして下さい。
- ⑧ マスクを持参し、できるだけマスクをした状態での稽古を行って下さい。
- ⑨ 原則として指導は行わず、指導者が依頼されて指導を行う場合もマスクをつけ、離れた場所から口頭で行って下さい。
- ⑩ 必要以外の会話は行わないで下さい。
- ⑪ 大声での会話は行わないで下さい。
- ⑫ 他人の私物・弓具に触らないで下さい。(筆粉・ギリ粉は各自用意して下さい)
- ⑬ 練習中に限らず、準備・片付け等においても三密を避けることを心掛けて下さい。
- ⑭ ゴミは各自が持ち帰って下さい。