

「火の用心！ Ver.2」

「火事と喧嘩は江戸の華」などとお聞きしたことがあるかと思いますが、当時の江戸は木造家屋が密集しておりますので風が吹いて乾燥する冬場の火事は多かったのでしょう。見る人にとっては、夜空に舞い上がる火の粉はあたかも華のように見えたのかと思われますね。勇ましい姿の火消したちの振る舞いにも華があったのでしょう。江戸はいろんな身分の人たちが、ごちゃごちゃと狭いところに集まってるもんですから、何かというときすぐ喧嘩になってしまう。火事にあっても行く当てもなく、狭くたって江戸の暮らしに慣れてしまっただけで、他に出ていくこともできない！半ばやけどばち！の庶民の感情を表現しているように思えますね。

「江戸っ子ってえのわあ、見栄っ張りとかやせ我慢！」と言われるこの気質は江戸という風土によって醸成されたのでしょうか！そう言えば、私の周りにも、「おいっ！金ちゃん！コーシー飲もうぜ！」「それはコーヒーです。」「昨日シンケツ起こしちゃってよ！」「それは、貧血ですか？それとも神経痛ですか？」。何とも味わい豊かな大先輩もおられるのです。

江戸っ子さんは良うござんすね！

さて、火災は全てを失ってしまう恐ろしい災害です。最近は携帯用のバッテリーからの火災についてよく報道されています。航空機の荷物棚からの出火の例もありま



したね。ストーブ周りや、タコ足配線！コンセントやパソコン周辺機器に埃がたまったりしていませんか？

天災はやむ無し、でも人災は自らの注意と行動で防ぐことができるはずです。みんなで注意しあいましょう。

耳をすませば遠くから

「火の用～心！カチッ、カチッ！」

と夜回りの声と拍子木の音が聞こえてきませんか・・・。

■気をつけましょう！この季節

冬本番です。気温が下がり、空気が乾燥する冬は、怪我や感染症が増加する季節です。

今や、インフルエンザやコロナはビジネスの運営リスクのひとつとなりました。

特に労働集約型のテニスクールはスタッフが集団感染すると業務が立ち行きません。

また事務所やスタッフルームなどのバックヤードは感染リスクが高い場所とも言えます。

多くのお客様やスタッフが利用する施設は感染リスクを抱えていることを認識し、できる限りの感染症予防をしましょう。

怪我も増える時期です。体操の工夫などの対応をしましょう。

～感染症対応～

1. 手洗い・うがい・検温の徹底

レッスン前後など、こまめな手洗い、うがいをしましょう。

また、スタッフルームなど、感染リスクの高い共用空間では、休憩時、食事前後などの手洗い、うがいの実施を徹底しましょう。

出勤前の検温を徹底し、発熱の症状がある場合は無理に出勤させないことも大切です。

2. 手指消毒

消毒液等の設置は継続されることを



お勧めします。

こまめな消毒を習慣づけることで少しでも感染リスクを抑えましょう。

3. ノロウイルスに注意



冬はノロウイルスの感染も増えます。ノロウイルスは突然の嘔吐を伴う場合も多く、吐瀉物が感染源になりますので、施設内に処理セットを設置しておくことをお勧めします。

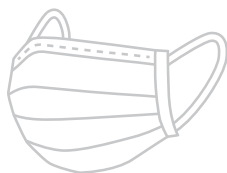
また冬の終わりにはロタウイルスの流行も考えられます。通年での感染症の理解も必要です。

4. エチケットセットの設置

各コート周辺にエチケットセットを設置し、急な体調変化に対処できるようにしましょう。

【エチケットセット設置例】

プラスチックケース（設置用）、亜塩素酸ナトリウム薄め液を入れたボトル、マスク、ビニール手袋、キッチンペーパー、雑巾、タオル、嘔吐用エチケット袋（厚手の紙袋にビニール袋をかぶせたもの）



～怪我対応～

会員の高齢化が進んでおり、以前に比べ怪我が増えているように思います。

特に冬場は下肢（脚部）の怪我が増えます。怪我＝休会・退会だけではなく、高齢の方は、怪我＝人生におけるスポーツ機会の損失になってしまう場合があります。

出来得る限りの対応をしましょう。



1. 体操

レッスン開始時の体操は丁寧に正しい動作で行いましょう。

どの部位に効いているのかなどを意識しながら実施し、コーチが見本を見せましょう。

レッスン開始時はお客様とのコミュニケーションを取る時間でもあります。話に意識が行き、体操がおろそかにならないようにしましょう。

まずはコーチが正しい体操をすること。そしてコートに入っているコーチ全員が体操を実施することが重要です。

またレッスン終了時、まとめや連絡事項を伝えながらのストレッチの実施もお勧めします。

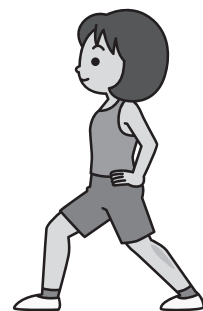


2. レッスン中もストレッチを

ドリルの待ち時間にもステップを踏むなど、筋肉が冷えないように指導しましょう。

次の順番で入るお客様には「～さん、次入ります。脚のストレッチをしておいてください」などの声がけをしましょう。

コート横にストレッチボードなどを置くのも良いかと思います。（角度をつけすぎないように注意）



3. 負荷の調整

コーチは、年齢や体力にあった負荷の調整をしましょう。

特に前後の動きでは、肉離れやアキレス腱断裂などの怪我が多く発生します。

急激な動きは極力避けるように注意をしましょう。

